



フラワーパークかごしま

CONTENTS

特集「毎日をスッキリと安全に暮らす」……	2	さめしま広場……	15
さめしま NEWS ……	6	Dr.T のよもやま話 ……	23
栄養科だより……	10	編集後記……	24
医療安全だより……	12		
医療相談室……	13		

病院理念

- 1 患者中心の医療
- 2 専門性の推進
- 3 健全な運営

基本方針

大腸肛門・消化器疾患専門病院として、患者とともにより高い診療の質をめざします。

- 1 倫理規定を遵守し、患者の権利を尊重して信頼関係に基づいた医療を行います。
- 2 常に新しい医療を安全に追及し、明るい病院づくりをめざします。
- 3 他医療機関や社会との連携を推進し、地域の健康と福祉の向上に貢献します。
- 4 職員が働きがい・やりがいを持てる職場をめざします。
- 5 将来にわたり安定した医療サービスを提供するために、健全な運営を行います。

患者の権利と責任

- 1 患者さまには、人格を尊重した思いやりのある優しい医療を受ける権利があります。
- 2 患者さまには、診断・治療・予後について十分な説明を受ける権利があります。その上で治療方針を決める権利を持っています。
- 3 患者さまには、検査の結果や治療法の説明に対して、他の医師・医療機関の意見を受ける権利（セカンドオピニオン）があります。
- 4 患者さまには、個人情報やプライバシーが保護される権利があります。
- 5 患者さまには、最適な医療を受けるためにスタッフと協力して診療に参加する責任があります。



特集

お部屋の片付け&整理収納で 『毎日をスッキリと安全に暮らす』

事務部 木下正子・池辺美友

おうち時間が増える冬、進学・就職・転勤などお引越しが増える春は、お部屋の片付け・整理収納を見直す良い時期です。今回は、おうちをスッキリと整える片付けのコツ、役立つ収納術など、使った良かったグッズ、安全に暮らすための情報を特集してお伝えします♪



☆片付けから安全対策までの「10のこと」

「片付けでやるべきことはたった2つ」

1. 「モノ」を捨てるかどうかを見極める
2. 「モノ」の定位置を決める

「大事なものは捨てるが先」

3. 少しずつではなく一気に捨てる
4. 捨てる作業が終わるまで収納はしない

「作業はモノ別」

5. 「洋服」「本」「雑貨」の順に進める
6. 場所別、部屋別の作業はしない

(参考図書)

2015年世界で最も影響力のある
百人に選ばれた 近藤麻理恵 (著)
「人生がときめく片付けの魔法」

☆ポイント☆

選ぶべきものは捨てる「モノ」ではなく、残したい「モノ」

「収納でやるべきことはたった2つ」

7. 「モノ別」「持ち主別」に分ける
8. 収納場所は分散させない

☆ポイント☆

「持ち主別」は部屋でなくてもリビングの引出しを分けるだけでも大丈夫

片付けの実践「やってみた!!」

洋服編

まず、家中の洋服をすべて1か所に集めて、山積みになります。家族が多いと大変!でも、一気にやるのがコツです。量が多い場合は、上着・スカート・ズボン・靴下・小物などに分類します。ここまでは、何とかなる。

次に、捨てるモノを決めます…これが意外と難しい。そこで、ワンポイントを思い出して残したいモノを選んで分けていく。「あ~この服着るかな?」と迷ったら、とりあえず保留。最初は迷っていたけれど、目に見えて減らないと捨てる決心がついてきて、だんだんと作業効率が良くなりました。同じ色は○枚までとか、同じ種類は○枚など自分ルール、家族ルールを決めておくと、進めやすいみたいです。

私の場合、写真に残したいと思う服が、残しておきたい服というルールを決めて上下・小物まで組み合わせを考えて写真に残してみました。



そうすることで買い足すときにも同じような服を避けられるし、将来誰かに譲ったり、フリマアプリに出品したりするとき、次の片付けのときにクローゼットから全て出さずに処分したい服が分かって便利になりました。

実践した結果、収納スペースにぴったりの量が残り、スッキリ定位置に収まりました。リバウンドしないコツは、右上がりに、ハンガーも揃えて整えることだそうです。



きれい! スッキリ!
キープしたくなりますね。

場所別 役立つ収納術・グッズ「紹介します!!」

キッチン、パントリー編

あみ棚にクリップをつけて食器や、箸立てをつり下げる。
取っ手付きのトレーなどを使って奥にあるものを取りやすくする。



シンクの上のデッドスペースも無駄なく使って便利

無印良品でそろえて、ディズニーのテプラでラベリングしています♪



洗面台・お風呂場編

ラックやマグネットを使い、浮かせる収納



ぶらさげてお掃除もラクラク



tower やニトリのマグネットを使用しています



玄関周り編

フック・アイアンバーを使い、足元に置かない収納



傘スタンドを使い水たまりも解消

100円ショップで購入できる板とアイアンバーでおしゃれに収納



収納はモノの定位置が決まっていないと散らかる可能性大!! どこに何があるか分かりやすい単純な収納を作ってしまうことを目標に。

床、テーブル、シンクにモノを置かない、空間を収納に活用するとスッキリ!! しかも安全。高齢者にとっては、探す手間、足元に気をつけなくていいなど、ストレス軽減効果が期待できます。小さいお子さんにとっては、誤嚥、危険を回避でき、家での事故防止に。将来的に片付けの習慣が身につくようになるなどのメリットもあります。

「安全に暮らすためにできること」

9. 災害対策・片付けと一緒に考える
10. 介護保険サービスを利用する

災害はいつ起こるか分かりません。大地震が発生したときには家具は必ず倒れるものと考えて片付けが終わった後は、家庭でできる安全対策をしておきましょう。

家具等の転落・落下防止
(突っ張り棒、ガラス飛散防止フィルム
の活用など)



寝室や子ども部屋には高い家具を
置かない



家具は倒れたときに出入り口をふ
さがないように向きや配置に工夫を



懐中電灯やスリッパ、ホイッスル
を場所を決めて手の届くところに
備えておく



介護保険を活用した住宅改修

- ・手すりの取り付け
- ・部屋間や廊下・浴室の段差解消
- ・滑り防止のための床材変更
- ・ドアの改修（引き戸・折り戸・ドアノブ変更など）
- ・和式から洋式便器への取り替え

上記の付帯工事の費用（下地補強や水道工事など）

くわしい申請方法や、費用については、医療相談室のページでも、ご紹介しています。



毎日がスツキリと大切なモノに囲まれた良い暮らしになりますように!!

さめしまNEWS 1

毎号旬のトピックスや注目の情報をお届けします

学会発表を経験して

看護部 古別府 美和

令和4年8月20日、第29回日本大腸検査学会九州支部会が、沖縄で開催されました。

8月の沖縄…それだけ聞くと魅力的ですが、世の中は新型コロナウイルスの感染拡大が懸念されている状況です。

様々な感染防止対策が取られている中、現地参加か Zoom による web 参加かのハイブリッド方式だったため、院内 PC で録音データを用いて Zoom 参加とさせていただきました。

発表準備に際して、数か月前から多くのスタッフや先生へご理解とご協力、ご指導を賜りましたことを感謝申し上げます。

たださえ慣れない Zoom 下での発表、設定はきちんとできているだろうかなど、かなり緊張しました。ひとつ失敗したのは、発表時の環境です。参加者の方は背景処理をきちんとされていましたが、私はそこまで頭が回らず、背後に思いきりカレンダーが映り込んでいました…。

さて、今回発表しました演題は、「大腸内視鏡検査におけるモビプレップ配合内用剤の分割投与の有効性と安全性の検討」です。

大腸内視鏡検査は下剤を 2L 近く服用し、大腸内を完全にきれいにしてから行う検査ですが、検査を受ける方にとって、その下剤服用が大変というイメージが大きいように思います。

そのため当院では、その負担感を少しでも軽減できるよう、下剤を検査前日・当日の2回に分けて服用していただく取り組みをしています。

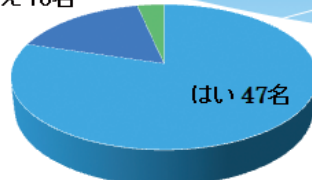
患者さまへはアンケートを実施し、その感想をいただきましたが、「病院内で服用出来て安心だった」「いづもなかなかきれいににならないので、2回に分けてよかった」などの声が多く聞かれました。

検査を受けに来られる患者さまが少しでも、検査を受けてよかったと思っていただけますよう内視鏡検査室看護師の一人として今後も配慮や看護に取り組んでいきたいと思いをします。

検査をしてみたいけど、なかなか足が向かない、という方がいらっしゃいましたら、是非一度お気軽にご相談下さい。

次回もモビプレップ2回法検査を希望しますか？

いいえ 10名 未回答 2名



「はい」の方の意見

- 自宅では大変だった 5例
- 病院が安心だった 4例
- 前処置がラクだった 3例
- 前処置がきれいになってよかった 2例
- 未回答 33例

「いいえ」の方の意見

- 下剤を2日も内服したくない 5例
- 検査そのものをしたくない 2例
- 未回答 3例

学会参加報告

看護部 住吉 江里奈

2022年10月1日に長崎で第38回九州ストーマリハビリ研究会が開催されました。そこで、「炎症性腸疾患患者のストーマ外来利用の現状と課題」というテーマで発表してきました。毎年当院から演題発表を行っている会であり、発表は緊張しましたが、無事に終えることができました。

病棟の3人チームで活動を行い、患者さまに皮膚トラブルについてアンケート調査を実施し、ストーマ外来の利用の現状と対策についてまとめました。今回の活動を通して、「患者さまにとってよりよいケアは何か」を日々考え実践することで、最善な看護を提供できるのではないかと思います。今後、患者さまが皮膚トラブルを悪化させることなく、安心してストーマのケアができるように、病棟、外来が協力し合っていきたいと思います。

長崎には2022年9月23日から開通した、長崎新幹線で行きました。鹿児島からは新鳥栖と武雄温泉の2回乗り換えがあり、約3時間程度で鹿児島から長崎まで着くことができました。新しい新幹線は広々しており、乗り心地はとてもよかったです。

皆さんも長崎に行かれる際は新幹線を利用されてはいかがでしょうか。



さめしまNEWS 3

毎号旬のトピックスや注目の情報をお届けします

防災訓練

看護部 福 翔真

2022年12月14日に消防局のご指導のもと、防災訓練を実施しました。【人数の少ない夜勤帯で、地下の食堂から火災が発生した】という設定で行いました。119番に電話をする役、担架や患者誘導、警報器を扱う役など少ない人数で割り振りし、事前にシミュレーションを実施してから防災訓練に臨みました。消防局の方が病院に来られるとメンバーはみんな緊張した表情になり、警報が全館に大きく流れるとさらに緊張感が漂います。その中で119番通報し、消防局の方から「建物は何階ですか？火元は何ですか？患者・スタッフの人数は？」などいろいろ聞かれます。訓練でも上手に答えるのは難しいものです。皆さんは上手に答えることができるでしょうか。想像してみてください、火災が起きた緊迫した中で通報者に右から左からと現場の状況や患者誘導の状況、一人では移動できない方の移動方法などなど…消防局の質問に答えながらそれらを把握するのは、思っている以上に難しいものです。

私も、初めてメンバーとして実際に訓練に参加しました。消防士の方から、その都度ご指導を頂きました。「直接リーダーに報告をするのはいいですが、皆さんが持っているPHSをもっと活用しましょう。その方が速く報告ができ、避難誘導に時間を使えます」と。なるほど、火災が発生すると時間との勝負！直接報告の方が确实だが、その報告までの移動時間すらもったいないのか！と思い大変勉強になりました。また、消火器を使用する訓練もありました。私は、消火器を今まで使ったことがありません。

正直、黄色いピンを抜いてレバーを握るだけだと思っていたので、ピンを抜き目標まで近づいてからレバーを握りました。しかし、これは間違いでした。消火器は噴出させながら目標に近づくのが正しい使い方だそうです。皆さんは知っていましたか。私は、全然知りませんでした。これも大変勉強になりました。

今回の防災訓練を通じて、火災が発生してからどれだけ速く状況の把握や患者誘導が行えるか、消防局へ正しい報告ができるかの難しさを体験しました。防災訓練は看護部が主となって実施していますが、火災は夜間に限らず、いつ起きてもおかしくありません。今後は他職種や他部署ともっと連携し、防災訓練を実施することで、病院全体で意識を高めることができ、より患者さまを速く・安全に避難させられることができると思いました。やってみて初めて体験することや学びも多く、防災訓練に参加して本当に良かったと思いました。





さくらんぼ会のお知らせ

この3年あまり、コロナ禍のためオストメイト（人工肛門を造設した方）とそのご家族を対象に毎年開催しておりました懇談会（さくらんぼ会）が、開催できておりません。そこで今回は最近の製品情報と価格改定のお知らせをしたいと思います。

当院でご紹介しているストーマ装具は全部で5社あり、どの会社も昨今の世界的経済情勢に伴う原材料の価格高騰により、現状価格を維持できず値上がりする商品が多くあります。また、古くからある商品の方が最近開発された商品より300～500円程度値上がりしており、値上がり率が高くなっております。



そのような中でも、できるだけアクセサリーを使用せず、簡単な方法で貼付期間が延ばせるよう装具の工夫も多くされています。

たくさんあるのですが、今回は2点ご紹介します。

1) ホリスター社 単品系消化管用軟性凸面装具「やわぴたセラプラス」

アトピー性皮膚炎で乾燥しやすい皮膚の方にもセラミド配合のセラプラス皮膚保護剤が使用されているため、肌にやさしい。また外周はテープ式で伸縮性が高いため皮膚へ密着し、腹壁に埋もれがちになっているストーマにもぴったりつく、という報告もあります。

2) ダンサック社 単品系消化管用装具「ノバライフ1 T R E」

排泄物の付着により、肌に悪影響を与える消化酵素を抑え、赤ちゃんのおむつにも使用される吸水素材が使用されているため、水様便の多い方におすすめです。また、この機能がありながら粘着性に優れており、外縁部はテープ並みの粘着力を誇っています。

いかがでしたでしょうか？簡単なお紹介ではありますが、お使いの装具ももちろんそれぞれに良い特徴があると思いますので、一つの参考程度に読んでいただければ幸いです。

また、何かご不明な点などあれば、ご予約のうえストーマ外来をご利用ください。

連絡先：鮫島病院外来 ストーマ認定士 相澤
電話：099-224-2277（平日 9:00～17:00）

毎日の健康は食事から

栄養科 だより



“腸内リノベ”で 健康長寿

管理栄養士 東郷理沙

食事・生活習慣チェック

- 朝食をとらないことが多い
- 焼肉を週1回以上食べる
- 週4回以上外食する
- BMIが25以上である
- 運動はしていない
- 夜食をとることが多い
- 豆類や根菜より葉野菜を食べることが多い
- お酒を毎日飲む
- 市販のドリンク（無糖のものは除く）をよく飲む
- 主食には白いごはんや白いパンが多い

1つでもチェックがついたら、腸内細菌が乱れている可能性アリ!!
腸内のリノベーションを考えてみませんか？

腸内細菌は、こんな働きをしています！



腸内細菌のお仕事図鑑

まだ研究段階のものもありますが、腸内細菌はこんなに多彩な役目を担っています!!

消化器を守る

消化や吸収を助け、便秘や下痢を防ぐ

生活習慣病予防

高血圧・糖尿病・脂質異常を予防する

心の健康を守る

幸せホルモン「セロトニン」ややる気ホルモン「ドーパミン」の材料生成

アレルギーを抑制

免疫の「攻撃と抑制」のバランスを調整

更年期障害軽減

女性ホルモンの代役「エクオール」を作る
※エクオール：女性ホルモンのエストロゲンとよく似た働きをする成分。
大豆製品 + 腸内細菌 → エクオール生成

New Topics

脳内のセロトニンは、腸内で作られた材料が脳に運ばれたのち、日光や運動の刺激を受けて生成されます。
※腸内で作られたセロトニンは直接、人を幸せな気分させるわけではありません。

感染症と戦う

免疫の働きを高め、かぜ、インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症を予防する

New Topics

大豆製品を食べることでエクオールの産生が期待できます！

New Topics

新型コロナウイルス感染症の重症者には腸内の善玉菌数の減少が見られ、これが炎症の制御不能に関わっていると推測されています！

がん予防

免疫の働きを保ち、消化器を中心としたがんを予防する

骨粗鬆症予防

骨を作る「骨芽細胞」を活性化し、形成を促す

アンチエイジング

炎症や細胞の酸化を抑える

腸内細菌が動きやすい環境に

さあ、腸内をリノベーションしよう！

私たちの体と心を健康に保つためには、腸内細菌がしっかり働けるように、彼らにとって心地よい暮らしを提供することが大切です。そのための4つのポイントを紹介します！！

①「水溶性食物繊維」をたっぷり届ける

腸内細菌の中でも“善玉菌”が好むのは食物繊維。特に、水に溶ける性質の「水溶性食物繊維」が大好き。1日3回、規則正しく「餌」を与えるようにしましょう。

New Topics

日本人の腸内細菌は海藻類が好き

日本人は、わかめや昆布などに含まれる多糖類を分解する酵素遺伝子を高い割合で持っているようです。



②脂肪、塩、砂糖はほどほどに

動物性脂肪や砂糖、人工甘味料は悪玉菌が好きな餌。また、塩分をとりすぎると、血圧上昇を抑える乳酸菌などの腸内細菌が減ってしまいます。脂肪や塩、砂糖のとりすぎには注意してください。

New Topics

塩分感受性と腸内細菌

高血圧の人が塩分制限すると酪酸やプロピオン酸が増加し、血圧が下がるという研究報告あり！減塩の降圧効果に個人差がある原因は、腸内細菌叢にもありそうです。

水溶性食物繊維が豊富な食品

【全粒穀類】

もち麦、玄米
など



【豆類】

大豆、ひよこ豆
など



【海藻類】

わかめ、昆布
など



【野菜】

ごぼう、玉葱、
人参、ブロッコリー
など



【きのこ】

なめこ、えのき
など



【果物】

キウイ、アボカド
など



③十分な睡眠を

夜型生活による体内時計の乱れによって、腸内環境の悪化、善玉菌の減少を引き起こすともいわれます。腸内細菌にとっても規則正しい生活が心地よいのです。



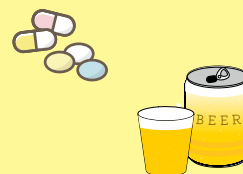
③十分な睡眠を

運動を継続して行くと、善玉菌が増えるということがわかっています。運動をすることで蠕動運動も活発に！速歩きなどの軽い運動でもOK！
1日30分を目安に習慣にしてみましょう。



これは
NG!!

- * ストレス
- * 薬の多用
- * お酒の飲み過ぎ



多彩な食品は、多彩な腸内細菌を育てます。さまざまな種類の腸内細菌が助け合いながら働くのが良い状態です。食生活を改善すると、腸内環境は2週間くらいで変わると言われています。是非、彼らの働きを知って、健康長寿を目指してください♪

患者さまとスタッフが、ともに安心して治療に専念できる医療環境を目指して

医療安全だより

医療安全対策室 相場 照美

患者誤認防止 ～安心・安全な医療を提供するために～

患者確認は医療において最も基本です。違う患者さまに違う治療を行うことは、どんなに優れた医療行為でも意味がないだけでなく、大きな害をもたらす可能性があります。例えば、検査や手術を行う場合、患者さまを取り違えると他の患者さまの検査結果によって誤った検査・手術を行い、間違っただけの必要のない治療を行うこととなります。また、間違っただけの薬やアレルギーのある食事を間違っただけで提供することで重大な命にかかわる危険を及ぼす可能性があります。

そこで、私たちは患者誤認防止にそれぞれの部署で取り組んでいます

- ・患者確認が必要な場合には、患者さま自身に名前を言っていただき、その名前と手元にある情報（ファイル・カルテなど）が一致するかを確認しています。
- ・患者さまが名乗ることができない場合には、家族に確認したり、入院中はリストバンドで確認したりします。
- ・患者さまへお渡ししたファイル等の名前・生年月日など、患者さま自身でも確認をお願いいたします。

※患者さまが名乗る理由

- ・診察を待っている場面で「〇〇さん」との呼び掛けに、患者さまが「はい」と返事をする場合があります。返事をしたのは本当に〇〇さんでしょうか。次に呼ばれるかもしれないと思っていたり、目の前で「〇〇さん」と呼ばれたりすると、他の患者さまでも「はい」と返事をする場面は多くあります。
- ・「フルネームで名前を教えてください」と依頼された場合は、患者さま自身を覚えていないのではなく、正確に確認しているところです。
- ・いろいろな場面で何度も名前を言っていただいたりしています。

医療者と患者さま双方で確認することで、安心・安全な医療を提供することができます。みなさまのご理解・ご協力をお願いいたします。



医療相談室

今回はご相談の多い介護保険制度の中でも、特集記事でご紹介した住宅改修についてご紹介します。

主な内容は、介護保険の要支援・要介護認定を受けておられる方に、改修工事を行うサービスで、手すりの取り付け、段差の解消、敷居を低くするスロープの設置、滑り止め、床材の変更（畳部屋や浴室）、扉の撤去や引き戸への取り換え、トイレの改修（手すりや、洋式への変更）などが適用となっています。

申込みの方法は、要介護の方はケアマネージャーを通じて住宅改修事業者へ依頼をします。要支援の方は最寄りの地域包括支援センターへご相談ください。

住宅改修費用は改修後に申請することにより、介護保険から毎月の支給限度額とは別枠で20万円（うち、1割、2割は自己負担）が支払われます。

申請には、必要な書類（申請書、工事内訳書、改修前後の写真など）がありますので、ご確認下さい。

年度毎に支給予算が組まれているようなので、4月以降、早めのお申し込みをお勧めします。

申請手順



厚生労働省ホームページより

患者相談窓口 木下正子

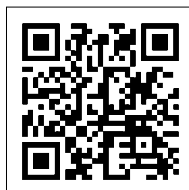
お知らせ

当院では、患者さまやご家族の方から広くご意見をお伺いするために「意見箱」を設置しています。これまでは設置しております用紙へのご記入のみのご投稿でしたが、下記のQRコードからもご投稿いただけるようになりました。たくさんのご意見をお待ちしています。

引き続き意見箱も設置しています。お気づきの点がございましたら、用紙にご記入いただき意見箱へご投函ください。

◇意見箱設置場所（院内4ヶ所）

- ・ 1F トイレ入り口前のカウンター
- ・ 2F ロッカー横カウンター
- ・ 3F デイルーム横カウンター
- ・ 4F デイルーム横カウンター



(外来用)



(入院用)

鮫島病院 サービス改善委員会

さめしま広場

スタッフからのエッセイ・お知らせ
など自由投稿のコーナー

2022年を振り返り、2023年を迎えて。

看護部 福貴迫 祐太郎

2022年が終わりと、新しい年を迎えて2023年となりました。私にとって2022年は大きな変化のあった1年となりました。看護師として3年目の年も終わりに近づき、患者さまはもちろん、同僚や、医師との関わりを深めていく中で多くの学びがあり、看護の奥深さを知ることのできた1年でした。2023年は4年目の年となるので、今までの経験と知識を活かした質の高い看護を提供していけるよう看護観を深めていきたいと思えます。

さて話は少し戻りますが、冒頭で私は2022年は大きな変化があった1年と述べました。その大きな変化とは、ズバリ、結婚です。2022年12月18日に入籍いたしました。この場をお借りして皆さまに報告させていただくこととなりますが、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。新婚生活はとても楽しい日々を過ごしていますが、最近夫婦の間で「節約」というワードが出てきます。まず節約というワードで思いつく身近なものと言えば食費だと思います。近年では、出前館やUberEatsといったデリバリーサービスが多く利用されています。手軽に利用できることから私も独身時代はよく利用していましたが、なんといっても作る手間が省けて時間を短縮できることが一番のメリットだと思います。しかし、サービス料や手数料などを含めると1回利用するごとに1000円以上の出費となってしまうため、節約とは程遠い食生活となってしまいます。幸い、包丁を握ったこと

がない！ということはなく、ある程度料理はできるほうだと思っています。今となっては、包丁を握らせてくれていた母親に感謝しています。料理を作るうえで食材はもちろん、レシピが必要となります。そこで私はYouTubeをレシピ代わりとし、色々な料理に挑戦しています。ここ最近では、大好物のハヤシライスや鶏胸肉のチャーシュー丼、ハンバーグなどを作りました。YouTubeは映像で情報を得ることができるので、料理をする機会がない人や料理が苦手な人でも簡単にチャレンジできるのでオススメです。まだまだ未熟者な私ですが、これからは妻と協力して楽しい結婚生活を送っていきたいと思えます。



さめしま広場

スタッフからのエッセイ・お知らせなど
自由投稿のコーナー

母

診療部 西俣 友博

母は強い。病気の子供を抱えた母親の表情は暗いと思いつつ顔を上げると、そこには未来への希望に満ち溢れた笑顔があった。

それは、僕が沖縄の病院で臨床工学技士として働き始めた年のことだった。聞き慣れない職業かもしれないが、簡単に言えば医療機器の専門家だ。数多くある医療機器の保守管理や操作を生業とし、医療安全のため、病院内で機器のトラブルやメンテナンスに汗を流している。

そんな僕らの仕事の一つに、在宅医療機器の導入がある。在宅で使用できるよう設計された様々な医療機器の使用法などを、本人や家族に指導する仕事だ。

ただし、指導すると言っても、やはり現実を受け入れる患者さまの気持ちも重要となる。例えば、患者さま本人が人工呼吸器を使用する事実を受け入れることができず、指導しても聞く耳をもたないということも少なくない。更には近年、老々介護などと言われるように、患者さまだけでなく、家族も高齢となり機器の操作を覚えることが難しいといったケースも増えてきている。

そんなネガティブな現実も多い中で、一際ポジティブに在宅医療を導入する場合もある。

ある日、小児科病棟から一本の内線電話が

かかってきた。

「家に帰りたい患者さまがいるんだけど、在宅用の人工呼吸器が必要だ。」

僕は先輩に習った通り、業者へ連絡し指定された人工呼吸器を用意した。当時、入職してから在宅機器の説明は数件経験していたが、小児科の患者さまへの説明は初めてだった。確かに自宅に持ち帰ることで、子供は日常生活を送ることができるかもしれない。しかし、機械なしでは生きていけないという現実を僕はどこまでフォローしながら母親に伝えることができるのだろうか。そんな不安を抱えながら、僕は用意した人工呼吸器を持って、先輩と共に病室へと向かった。

病室には6歳の男の子と母親が待っていた。男の子自身は院内用の人工呼吸器を装着しており、意識がない状態だった。僕は先輩に見守られながら、母親に対して機器の操作方法などの説明を始めた。説明しながら僕は、それまでに他の病棟で導入したときと何かが違うような気がした。でもそれが何なのかそのときはわからなかった。

一通り説明が終わり、母親の表情を改めて確認した。

驚いた。笑顔なのだ。これからの不安を微塵も感じさせない笑顔で呼吸器を見つめていた。

「この機械を持って帰ってください」、「こんなときはここを確認してください」、「アラームが鳴ったらこうしてください」…と、突然言われて「はい、わかりました」なんて僕は言えない。家に帰った後、本当に上手く出来るだろうかと不安で仕方なくなるだろう。

このとき、僕は自分が感じた違和感の理由がわかった。明るいのだ。この病室からは不安を感じない。家に帰ることができる喜びや、未来への希望に満ち溢れていた。その母親は

「この呼吸器を持って帰ったら、一緒に買い物もできるし、旅行にも行けるね。楽しみが増えて仕方ないなあ。早く操作覚えて帰ろうね」と言った。

在宅機器を導入するときは、成人の場合、僕の働いていた病院の特色上ということもあるかもしれないが、言わば「看取り」のために、少しでも家族と慣れ親しんだ場所で過ごしたい、という理由が多い。だが小児科病棟の母親達にとっては「死」ではなく「生」なのだ。きっと母親達には家に帰ることへのリスクや今後の療養生活への不安などネガティブな気持ちもあったのかもしれない。だが、子供の前でそれを見せない母親としての心の強さに、僕はフォローしようと意気込んでいた自分を少し恥ずかしく感じた。

その後も小児科病棟での導入を経験した

が、どの母親も前向きで底なしに明るい。病棟内で母親同士のコミュニティを作り、一時外出の時の思い出話をしたり、お互いに機器の使い方を教え合ったりもしている。数年働いた今だからこそわかることだが、常に母親達は自分の子供の死と隣り合わせという現実を考える暇がないぐらい、子供との思い出を作ることに全力を注いでいるのだ。

医療安全を確保する臨床工学技士が、在宅医療の患者さまやその家族にできること、それは、安心して安全に医療機器を使用できるように指導することであり、患者さまの未来に希望の光を灯すことであると実感した。



さめしま広場

スタッフからのエッセイ・お知らせなど
自由投稿のコーナー

私と小梅ちゃんの話

看護部 福倉 優希

こんにちは。外来看護師の福倉です。私は半年ほど前にオストメイトデビューをしました。オストメイトとは、様々な病気や事故等により、お腹に人工肛門・人工膀胱のある方々の事です。また、人工肛門・人工膀胱はストーマとも呼ばれています。

私は、中学1年生の時に潰瘍性大腸炎と診断されました。高校2年生の時に大腸全摘出・一時的ストーマ造設術をしました。その後、8か月程でストーマ閉鎖術を行いました。術後は、元の身体に戻れた喜びと共に漏便や手術時の繋ぎ目に起こる炎症に悩んでいました。そんな私へ担当医師が、将来、出産等を考えているなら人工肛門の造設をしてはどうかと提案して下さいました。そして私はこれからの将来を考えて手術することを決意しました。

人工肛門造設術を受けるときは、「なんで、私なのだろう。悔しい。これからどうなるのだろう。」と大きな不安や悩みがありました。自分で決意した手術ですが、やはりショックは大きく、たくさん泣きました。しかし、周囲の方々の支えのおかげで心の整理をすることができて、なんとか手術を乗り越える事ができました。

術後、1番分かりやすい変化はボディイメージでした。不安でしたが、お腹にあるストーマは赤色でまんまるなかわいい姿をしていました。私はこのストーマに「小梅」と名付けました。最初は誰かに見せるのが怖かっ

たです。しかし、私の友人は「小梅ちゃんに会いたいから見せて!」と言ってくれました。今でも「小梅ちゃん元気?」「今日は、元気だね。ぷーって言ってる!かわいいねえ。」なんて話しかけてくれます。

小梅ちゃんは、私の意思とは関係なく便やガスを出します。そのため、パウチと呼ばれる袋を装着しています。約2~3日おきに替える方が多いです。小梅ちゃんは、パウチを交換しているときもおかまいなしです。交換のときに、全く便を出さないときは、「今日は、小梅ちゃんいい子だねえ。」とお話をします。逆に、洗っても洗っても便が止まらないときは、「小梅ちゃん!お願いだからおとなしくして!」と喧嘩をします。確かに、身体の見目は他の方に比べて違います。ですが、そんなことは気にならないくらい、小梅ちゃんかわいいです。いつもむにむに動いており、その姿がなんとも愛おしいのです。以前は、1日に10回近くトイレへ行っていたのでよく友人や家族に迷惑をかけ、外出するのが怖いこともありました。今は小梅ちゃんのおかげでトイレの回数が減って、外出するのが楽しくなりました。小梅ちゃんが頑張ってくれるから、私は今、とても幸せに過ごしています。前の私より今の私の方が好きだと自信を持って言えるようになりました。

オストメイトとなり、様々な面でこれまでの生活から変わったことがあります。自分なりに工夫をするようになったので少し紹介した

いと思います。

- ・タンクトップを着る時に、ストーマを覆うためストーマの下側が蒸れてしまう。
→タンクトップのストーマがある位置に横へ切りこみを入れ、ストーマ装具を通して着る。
- ・パウチを捨てる時の臭いが気になる。
→おむつ用のおいのしない袋を使う。(ピンク色の袋でかわいいものもあります。)
- ・術前に着ていた洋服が着られない。
→Aラインのワンピースを着る。メンズ用のパンツをストーマより上で、ベルトを締めて履く。ストーマを強く圧迫しない伸縮性のあるスカートやパンツを選ぶ。バッグをストーマ側に持ってカモフラージュする。
- ・夜中にパウチがはずれて布団を汚すのが怖い。
→介護用の使い捨て尿取りシートを敷いて寝る。…等々

このように、様々な面で小梅ちゃんに合わせた生活を考えるようになりました。小梅ちゃんと相談しながら決めていく生活はとても楽しいです。

私の最近の楽しみは、オストメイトトイレを見つけることです。以前に比べ、オストメイトトイレが増えてきており、思いがけないところにあたりします。見つけた時は友人に「見て!オストメイトトイレがあった!」と思わず伝えてしまいます。私のイチオシは、

センターラの駐車場にあるオストメイトトイレです。スマートな形でかわいくカッコいい感じがします。是非、探してみてください。そして、私にも教えてください。

まだまだ、オストメイトの認知度は低いですが、オストメイトの方々は意外と多いです。この話を読んで下さった方々に、こんな生活もあるのだなあと感じてもらえたら幸いです。オストメイト仲間の皆様、共に楽しみを見つけ、今を楽しみましょう。そして、そうでない方々には、いつも通り接してもらえたら嬉しいなと私は思います。オストメイトについて色々と述べましたが、健常者の方との違いは排泄する場所がお尻からお腹に変わったことだけだと私は思っています。色々な考え方・感じ方がありますのでここで述べたことは私自身の話であり、皆さんが同じという訳ではありません。看護師として、オストメイトとして、少しずつオストメイトへの理解が深まる世の中になるといいなと願っています。ご覧頂きありがとうございます。



さめしま広場

スタッフからのエッセイ・お知らせなど
自由投稿のコーナー

コロナ禍で思うこと

看護部 前田 香織

新型コロナが日本にやってきて約3年ほど経ちました。一時は感染者数も減り、日常生活の様々な制限が緩和され、このまま終息に向かうのではないかとわずかな期待を持ちましたが、次々と新たな株へと変異し、その度に感染者数が増減。その繰り返しで今に至っています。なかなか終息が見えない日々ですが、生活の制限は徐々に緩和され、新型コロナ感染症の分類が2類から5類へ変更される日もそう遠くないようです。



コロナ前、最後の忘年会

最近ふとコロナ流行前のような生活に戻る日が来るのかな、と思うことがあります。毎年恒例の忘年会、いつもはみんな基本？まじめに仕事に取り組んでいますが、この日ばかりは無礼講でちょっと羽目を外しちゃったり。お酒を飲むことで楽しくなっちゃう人、普段話さないようなことが話せたり、これを機に仲良くなれたり。全員マスク無しで集うような日が再びやってくるのかな、と思ったりします。入院中の患者さまのご家族が面会に来られ、患者さまもご家族も嬉しそうにお話している姿を見てほっこりしていたのも、随分前のことのように感じます。デイルームで患者さま同士で楽しく食事をされている姿もまた見られる日が来るといいなあ。旅行にも気軽に行ける日が来るといいなあ。コロナ流行前の日常に戻る日を心待ちにして、今はまず自分自身と身近な人たちの感染防止に努め、出来ることを少しずつでもコツコツとやっつけていこうと思います。いつかの旅行のた



いつかの社員遠足で行った知林ヶ島

めに少しずつ貯金もしていこうかな…。どこに行こうか、誰と行こうか、そんなことを考えながらワクワクしてその日を待つのも悪くないかな…。

看護部 兒玉 律子



さめしま広場

スタッフからのエッセイ・お知らせ
など自由投稿のコーナー

看護部 兒玉 律子





すみませんでした

鮫島隆志

朝から雨です。

昨日のような晴天は休日だけでいいよなあ～なんて、わがままをつぶやいたりします。

今夜は飲みのあるので久しぶりにバス通勤でした。なんとなくドキドキします。

整理券を取って「加治屋町まで210円だったよなあ～。あ、でもずいぶん乗ってないから値上がりしているかもしれないな」なんて思いながら見渡すと、座席はほぼ満席状態。通路には数人立っているだけ。見ると、二人がけの椅子に小学5～6年生くらいの子がランドセルを置いて一人で座っている。

「すまんが、ランドセルを膝の上に置いて、ここを空けてくれないか…」

チラッと僕の顔を見上げて、じつに面倒くさそうに席を空けた。

「ありがとう、でもね、すみませんとか、ごめんなさいとか、ちゃんと言うものだ！」

まったく、黙ってりゃいいものを、面倒くさそうな態度にカチンときて、勢いで言っちゃった。

その子は窓の外を見ながら小さな声で言った。

「うっせー…」

確かにそう聞こえた。こめかみの血管の拍動が聞こえ、顔がみるみる赤くなってくるのを感じたが、グッところえた。制服をみると某国立小学校だ。とすれば、都通るか中央駅で下車するはず。このクソガキ！そのときに何も言わなかったら、寝たふりして通せんぼしてやろうとかか、降り際にカツを入れてやろうかなどウダウダ考えていた。

都通りが近づいてきた。クソガキがぬかしやがった。

「あのお、さっきはすみませんでした」

…………「うん、良い子だ」

頭に昇っていた血が一気に下がってクラクラとした。彼の喉元に汗が光っていることに気がついた。

きっとあの子は降りるまでの時間、席を立つときになんて言おうか…とずっと考えていたに違いない。「すみませんでした」と言った彼の、少しとんがった唇がそれを物語っていた。

ほんのひと言なんだけど、すごく勇気が必要だったろうな。

ほんのささいなことなんだけど、このことはきっと彼の記憶に残るだろうな。

雨だけど。なんだか気持ちの良い日になりそうだ♪



			月	火	水	木	金	土
一般外来	内科 胃腸科	午前	鮫島(由) 家守 *濱元	鮫島(由) *濱元	鮫島(由) 家守	鮫島(由) 西俣	鮫島(由) 西俣 *平川	不定
		午後	鮫島(由) *濱元	鮫島(由) *濱元	鮫島(由) 家守	鮫島(由) 西俣	鮫島(由) 西俣 *平川	
	肛門科 ・外科	午前	鮫島(隆) 山元	鮫島(隆) 鮫島(加) 山元	鮫島(隆) 鮫島(加) 山元	鮫島(隆) 鮫島(加)	鮫島(隆) 鮫島(加)	肛門科 *山元
			江藤 緒方		江藤		江藤 緒方	外科 不定
		午後	鮫島(隆) 鮫島(加)	鮫島(隆) 山元	鮫島(隆) 鮫島(加) 山元 緒方	鮫島(隆)	山元	
							江藤 緒方	

			月	火	水	木	金	土
専門外来	肝臓	午前						第3、濱之上
	ストーマ	午後			第2、第4			

- 緊急手術、学会出張等により、休診になることがあります。必ずご確認の上、ご来院ください。
- 理事長の診察は、不定ですが、理事長希望の診察は可能です。
- *印 は女性医師による外来で完全予約制です。予約の時間は、受付時間の為、診察はお待たせする場合があります。予約外の女性医師の診察、検査はお受けしていません。必ずご予約の上、ご来院ください。
- 内科の診療は担当制になります。医師の希望がある場合は、診療日を確認の上ご来院ください。
- 肝臓・ストーマ外来は予約制です。

	午前の部(月~土)	午後の部(月~金)
受付時間	8:30~11:30	14:00~17:30
診療時間	8:30~12:30	14:00~18:00
休診	日曜、祝日	

予約受付：平日：9:00~17:00 TEL：099-224-2277



編集後記

2023年が始まりました。ここ最近、人と会ったり、話したりする機会が少なかったので連絡して会う機会を設けたい！人と会って話すと、楽しいものです。しかし、オンライン会議やオンライン申請、宅配の充実など人と会わなくても済む時代になりつつあります。病院はそう言うわけにはいかない...と思っていたのですが、オンライン診療をおこなっている施設も出始めました。時代が大きく変わっているように感じます。今年は鹿児島国体があります。鹿児島が賑わう年になりそうです。悲しい出来事が多い中、楽しいことを探して楽しんで時代の変化を楽しんでいきたいと思っております。

看護部 鶴崎博代



J R…鹿児島中央駅より徒歩15分、タクシー5分
 市電…甲東中学校前、加治屋町電停より徒歩5分
 ♀バス…甲東中学校前、加治屋町、高麗橋より徒歩5分、共研公園前より徒歩7分、中央高校前より徒歩2分

●編集委員

鮫島由規則 大澤宏美 木下正子
 池辺美友 鶴崎博代 前田香織

●発行／広報委員会

〒892-0846 鹿児島市加治屋町9-8
 TEL 099-224-2277 FAX 099-222-0130
 E-mail jim@sameshima.jp https://www.sameshima.jp/

携帯からはコチラ

