



西蒲中央病院

訪問看護ステーションだより

<No.4>

【挨拶】

立春とは申しませんが、まだまだ寒い日が続いており、春の訪れが待ち遠しい今日この頃でございます。平素より西蒲中央病院訪問看護ステーションをご厚情を賜り厚く御礼申し上げます。

今年、当ステーションは事務員や新しいスタッフも加わり、訪問看護業務以外にも地域活動の参加の場を持ち、地域の皆様との連携を深めて参りたいと存じます。今後ともご指導・ご鞭撻を賜りますよう宜しくお願い致します。

<所長 石井 純子>

【話題】①所長挨拶 ②精神科訪問看護について ③難病疾患のリハビリについて ④職員紹介 ⑤お知らせ

テーマ①：精神科訪問看護について

私たち訪問看護が行う主な役割はいくつかあります。

1. 再発・再入院の予防
2. 利用者様の自立を助ける
3. 生活支援・生活リズムを整える
4. 社会資源活用の支援・社会復帰に向けての支援
5. 服薬説明や支援
6. コミュニケーションによる病状の観察と家族の支援
7. 地域医療を担う一員として、連携をはかる



「4.」で挙げた社会資源の中に「精神科デイケア」というところがあります。そこでは、様々な作業や活動(手芸・ビデオ鑑賞・園芸・料理活動・スポーツ活動など)を通して、また、それらに参加することを通して生活のリズムを作り、仲間作りのお手伝いをしています。人と上手く話せない、自信がない、仲間をつくりたい、何もすることがない、日中どう過ごしていいかわからない・・・などなど、悩みがある方や、一歩進んで希望をかなえたい方に対して、生活の些細なことから相談に応じて共に考えてくれるところです。

私たち訪問看護では、まず一対一の関わり、ご家族との関わりから入ることが多いです。不安を抱え、その日のことを考えるのが精一杯の時、何も考えられない時、安心して生活できるよう寄り添い支援しています。自分たちの暮らしている地域の中で、自分自身で回復していくことができるような関わりも持っています。また、地域の中にある社会資源を知り、その資源を活用できるようお手伝いもできます。些細なことでも構いません。何かございましたらご相談ください。

<看護師 清野 寿子 作業療法士 平 紀子>



テーマ②：難病疾患のリハビリについて



難病疾患を抱えながらも在宅生活を送っておられる方は大勢いらっしゃいます。そのため、地域における現状を理解し、より質の高い在宅療養生活を送るための支援を学ぶために、私たちも定期的に開催されている研修会や患者会に参加させて頂いています。先日参加した難病疾患のリハビリ研修会の内容の一部を紹介させて頂きます。

普段当たり前に行っている「呼吸」も、筋が働くことによって吸ったり吐いたりでき、酸素や二酸化炭素の換気が行われています。しかし、難病疾患により呼吸に働く筋が弱くなったり、胸郭(肋骨や鎖骨などの動き)が硬くなってしまい、十分な換気ができなくなってしまう方がいます。病初期で歩行できている状態の方でも、呼吸能力が十分ではないと、疲れやすくなったり、頭痛を起こしたり、睡眠障害を起こしたり、十分な咳が行えないなど、様々な弊害ができてしまいます。そのため、早期からの「呼吸リハビリ」の介入が効果的だと言われています。呼吸リハビリだけでなく、早期からの「運動療法」も併用していくことが二次障害の予防のためにも必要です。運動療法といってもただ疲れる運動するというわけではなく、お一人おひとりの症状に合わせて、筋力強化運動や、拘縮予防のためのストレッチ、バランス練習や歩行練習など多種多様です。特に在宅では、その方の生活環境や生活スタイルに合わせて実施していくことが重要となります。難病疾患でも上記のように早期から介入し、安全に生活できるように環境を整える等、できることはたくさんあります。どんな些細なことでも悩まずご相談頂ければと思っております。<理学療法士 大原 可織>



【問い合わせ先】
西蒲中央病院
訪問看護ステーション

〒959-0423

新潟市西蒲区旗屋731番地

TEL番号:0256(88)0171

FAX番号:0256(88)0172

<所長>

看護師 石井 純子

<リハビリ担当>

理学療法士 五十嵐 美穂

【新入職員紹介】

訪問看護ステーションに新たに事務員として小林 聡美(こばやし さとみ)が加わりましたのでご連絡させて頂きます。皆様と直接関わる機会は少ないですが、電話対応や地域活動等でお世話になるかと思います。現在、看護師 9名、PT 12名、OT 2名、ST 2名、事務員 1名となりました。今後更なるサービス向上に努めて参りますので宜しくお願い致します。

事務員の小林 聡美です。11月から入職しました。

生まれも育ちも旧西川町です。休みの日は子供たちのバスケットボールの応援に出かけています。縁の下の力持ちになれるように頑張りますので宜しくお願いします！



【お知らせ】

次号は、平成30年5月に発行予定です。内容に対するご要望・ご質問等がありましたら、お気軽にご連絡下さい。