

◆病院の理念◆

地域社会のニーズに応える安全で質の高い医療を皆様に提供するとともに、良識ある人間性豊かな医療人を育成します。

発行／大阪医科大学病院企画室
<http://www.osaka-med.ac.jp/>

よりよい看護を提供していくために
ベッドサイドケアを最優先に患者様と向き合います



大阪医科大学附属病院は、特定機能病院としての役割に併せ地域の中核病院として、地域社会の医療ニーズに応え、進歩・発展することを理念とし良識ある人間性豊かな医療人を育成することを目指しております。

看護の実践活動としては、ベッドサイドケアを最優先に患者様と向き合い、患者様の

結びれてこそ、目指す看護が実践できると考えています。患者様に信頼感を抱いていた

結ばれてこそ、目指す看護が実践できると考えています。患者様に信頼感を抱いていた

立場に立つて応援することを心がけています。そのためには、患者様・ご家族の参加を基に、信頼を得る安全で効率的・計画的な看護サービスが提供できるよう、看護職員一同研鑽を重ねる日々であります。

院外での継続学習を行っております。現在は、がん看護専門看護師の活躍を中心としながら、ホスピスケア認定看護師の研修や救急看護認定看護師の研修会へも参加しております。実践活動を期待しております。

私は現在大阪府看護協会府北支部（高槻・茨木・三島地区）の支部長として、地域の看護職との情報の共有と連携を密に図るよう努めております。また、地域での看護活動には看護師が積極的に参加し、住民の健康を支える支援をしています。

多くの可能性をもつ看護師たちには、できるだけ長く『看護』を見つめられるよう未来に向かってサポートしていきたいと考えております。どうぞ今後とも、皆様からの温かいご支援をいただきたくよろしくお願い申し上げます。

看護部長

神谷 美佐子

看護部 特集

私たちががんばっています



昨今の社会医療を取り巻く状況は、厳しいものがあります。特に医療界においては医療の高度化、患者の高齢化・重症化、平均在院日数の短縮等により、看護業務が多様化・複雑化し、密度が高くなってきています。

このような状況の中で、患者様に安全な質の高い医療、看護を提供するために、理性、感性、知性を統合させた看護実践能力を高める看護教育に力を注いでいます。

特に安全な医療、看護の提供の観点から、安全対策委員会を中心としてヒヤリハット事例の原因分析を行いロールプレイ（役割、演技）で実演し、原因に対する対策を明らかにして医療事故防止に積極的に取り組んでいます。

救急に関する教育においては、看護職員全員が救急部の



人ひとりにプリセプターナース（サポーターナース）が付き添って指導、支援しています。新人教育においては患者様のご理解とご協力があったからこそ実施できると考えています。

今後も特定機能病院として高度な医療に対応できる理性、感性、知性を統合させた看護実践能力の向上を図り、患者様の心に届く質の高い看護が提供できる看護教育に力を注いでまいりたいと思いますので、ご理解とご支援をよろしくお願いいたします。

看護副部長

小野 恵美子

看護ケアの 質向上をめざして

医師の指導の下でAED講習会を受講しています。講習会を通して自動体外式除細動器の取り扱いや心肺蘇生法について知識を深めるとともに、一人ひとりの命の尊さを考える機会ともなっています。

また、教育、研究を合わせもつ大学病院においては、看護学校卒業後4月に毎年多くの新人が就職してきます。そのため、各部署配属前に安全や感染、注射、採血、（その他）などの看護技術の習得に努めています。

配属後の一定期間は新人一

質の高い看護を実践するためには、患者様との間に『信頼ある人間関係』が大切であり、ナース一人ひとりの思いを上手に伝えるとともに、患者様の思いを十分受け止めることができる接遇教育が重要であると考えています。

教育の中では、看護ケアを通して患者様からいただくメッセージの中から看護する喜びや課題を見出し、看護師個々が成長の機会としてとらえることができるように動機づけを行い教育システムの改善に努めています。

卒業後の対象に応じた、教育プログラムをPDCAサイクル【計画（Plan）実施（Do）評価（Check）調整（Action）】に基づき運用しながら、臨床現場にフィードバックさせたいと考えています。

主体的な分娩をめざして

少産社会の今日、母子関係・子育て・家族関係などの問題が指摘され、出産を控えた人々は不安が多くなっています。また、これらの問題は、出産体験が影響すると言われており、出産に関わる者として非常に責任も感じさせられます。また、妊婦自身も今までの生活を、妊娠した途端妊婦としての生活へと、周囲の期待を一身に受け生活態度の節制を求められ、ストレスが溜まりやすい状況になっています。

本院においては以前より主体的な分娩を目標に、母親教室・両親学級・妊婦体操など妊娠週数に合わせて実施、仲間作りにもひと役買っていました。マタニティライフを楽しみながらまた、健康的な生活をと言いながら、合理的な生活習慣から楽しむことが困難となっている方も多く模索している中で、マタニティヨガを取り入れることになりました。

院長先生はじめ看護部長の推進で、昨年の8月23日より毎週火曜日14～16時に第6会議室において15名を定員としてマタニティヨガの教室を始めましたが、非常に評判がよく常に定員オーバーの状況です。分娩が始まってもヨガの日であれば参加したり、また、ヨガをやりながら妊婦さん



63病棟看護師長
中西 ツギ子

んに先輩として体験を話したり、気になることを質問しながらと中身の濃い時間となっています。なかなか2時間の中で終わりがたく、時間外に妊婦さん同士でコミュニケーションが盛んに見られます。このことが出産後の育児・子育てにも良い影響となりお互いが協力し合える関係作りにもなっているようです。今では、産褥ヨガも開いてほしいという声も聞こえています。これをきっかけに良い親子関係が結ばれるように思っています。

主体的な分娩をめざしての取り組みが、ますます妊婦さんが満足度の高いものとなり、ひいては家族関係も良いものとなるよう願っています。



私は、平成15年に当院に再就職し、平成16年11月がん看護の専門看護師として認定を受けています。

専門看護師（Certified Nurse Specialist: CNS）とは、日本看護協会が認定する資格認定の一つで、日本看護協会専門看護師認定試験に合格し、6つの役割（実践、相談、調整、倫理調整、教育、



新しい薬が厚労省の承認を得て医薬品として認められるためには、治療に有効であることはもちろん、安全で副作用が少ないことが確認されなくてはなりません。厚労省に確認を得るためのこのような臨床試験を治療

医師のみで治療を行うことは現実的に不可能なため、看護師と薬剤師が治療コーディネーター（CRC）として臨床試験センターに配属されています。それぞれのCRCは、専門分野の強

研究）を果たす看護師で、全国で58名（平成17年11月現在）のがん看護専門看護師が認定されています。

がん看護専門 看護師としての活動

や療養に伴う苦痛の症状や不安を抱えていることがあります。私は、そういった患者様やご家族が抱えている様々な悩みや不安が少しでも軽減されるように日々

取り組みんでいます。また療養先の選択において、ホスピスや緩和ケアについての相談にも応じています。現在、私は看護部に所属していますが、泌尿器科外科病棟に

常駐しているため、主に看護職や他の医療者が患者様やご家族にがん看護専門看護師の存在を紹介し、希望を確認してから直接お会いしケアを行ったり、定期的

がん看護専門看護師
黒岩 真紀

治験コーディネーター としての役割

みを活かし、弱点を補強し合うことで協力して、治療が円滑に進むように支援する役割を果たしています。

間に単に返答するだけでなく、患者様の心の動きや態度にも配慮する必要があります。看護師としてそのような患者様を注意深く観察し、治療計画の内容を説明するとともに、効果と安全性を順次段階を踏んで調べなが

説明への補助業務が被験者ケアへの第一歩です。患者様が本学での治療を望んで来院され、治療への参加を医師から依頼された場合、理解しにくい治療方法や治療薬によるリスクなどに戸惑いや不安が募ります。そのような患者様の様々な質

ら慎重に治療が進められることを十二分に説明することが重要です。同意補助説明を行ううえでも、患者様とCRC双方のコミュニケーションがあつて初めて理解と同意が可能になります。それが治験中における、万

救急看護認定 看護師教育課程研修中



一昨年10月下旬、看護部長の支援により大阪で救急認定のための研修を開講する機会をいただきました。自分自身のなかで認定看護師についての認識は浅く、教育担当副部长より認定とはどういう存在でどのような役割を果たすのか教えていただきました。受験資格は5年以上の臨床経験が必要で、うち3年以上救急分野（初療経験含める）での経験が必要になります。受験申し込みには5事例をまとめて他の書類とともに提出。試験



内容は解剖生理などの5択問題、事例から考えられる看護についての記述、小論文がありました。昨年4月から週2回火、水の研修が開始になりました。研修内容は看護管理、コンサルテーション、教育・指導、解剖生理、病態生理、看護過程の展開、救急看護に必要な技術の講義のあと、23日間、3次施設での実習がありました。講義や臨床実習で自分自身の今までの知識、経験の浅さを気付かされ、反省とともにかなりの精神的ショックを受けました。しかし、部署の師長、主任をはじめスタッフ、救急部の先生、同期の研修生、教務の先生に支えられながらここまで来れました。1月はケースレポートのまとめ、災害講習があり、修了試験に合格すれば3月卒業になります。そして5月の認定審査を受け、認定されたら資格が与えられます。今回の研修会で学んだ幅広い知識や技術、そして救急認定看護師としての役割を活かし患者様の安全を担保する地域医療の救急看護の充実に努めてまいりたいと思います。

救急外来看護師
濱田 恵美

ホスピスケア認定看護師を 目指した理由



看護学生時代の食道がん患者様との出会いから、終末期看護に興味を抱き、消化器内科を希望し配属となり8年目を迎えます。これまでのがん患者様との出会いから貴重な経験をし、看護の奥深さや喜びだけでなく、その患者様にとっての「生きること」「死ぬこと」の意味を考えるようになり、自身の死生観や看護観も変化してきました。患者様やご家族との関わ

りの中で学び得たことをより深め、患者様とご家族の心に寄り添う看護を提供したいと思い、ホスピスケア認定看護師を目指しました。そして現在、当院のサポートのもと、日本看護協会神戸研修センターでホスピス・緩和ケアについて学んでいます。がん患者様の痛みなどの症状コントロールだけでなく、全人的なケアが提供できるように自己研鑽しています。認定資格取得後は、がん看護専門看護師とともに、がん患者様・ご家族に寄り添うケアを提供したいと思

75病棟看護師
長嶋 美奈子

年賀交歓会について



新しい年を迎え、初出勤の日看護部主催の年賀交歓会を行っています。日頃の業務においては厳しい一面をもった師長たちがこの日ばかりは裏方に回り、年末より準備した物や当日持ち

寄った材料をフルに活用した手作りの料理を作ります。師長たちの得意とする手作りが活かされ、年々変化した多種多様なメニューが並ぶ研修室は、パーティー会場へと変化します。

当日は看護部長がその年の抱負を述べられ、看護職全員が気持ちを新たにするとともに看護職全員の交流の場となっています。スタッフは交替で参加し、ほんの限られたひと時ではありますが、師長たちの日頃見えない一面を垣間見ることができ、当該部署の師長のみではなく他の部署の師長たちをスタッフ一人ひとり

が身近な存在として感じています。

本年度も看護部では働く仲間が笑顔で互いに協力し合う、生き生きとした職場づくりのために取り組んでいきたいと考えています。その取り組みの一環としても、年賀交歓会が一年のスタートとしてのステップの日となっております。

大学病院として日常の業務の複雑さや厳しさの中にも、家庭的な気持ちのゆとりができる職場づくりを目指すので、よろしくご支援をお願い申し上げます。

75病棟看護師長
服部 誠子
53病棟看護師長
辻 節子

保育室のクリスマス

保育室は、産休明けの赤ちゃんから3歳までの子どもさんを預かっており、お母さんの仕事に合わせて、週3日は夜11時30分まで開設しています。

乳児に多い急な発熱等の病気は、小児科を中心とした外来との連携で対応し、保健室での安静保育を実施しています。

夜間保育では、子どもが寂

しさを不安を感じないように家庭的な雰囲気の中での保育を心がけており、どのような状況でも子どもが安心して過ごせる保育環境を整えることが大切だと思っています。

また、お母さんたちは我が子の成長を、同年齢の子どもとの関わりの中で確めて安心したいという思いがあります。



その思いを受けとめ、日々の保育での様子は連絡帳で伝え、

運動会やクリスマス会では、父母の方も一緒に参加して子どもの成長を確認してもらっています。

職員の方たちが安心して働くことができるよう各職場の皆さまとお互いが協力しあい、意思の疎通を計って、より良い子育て支援をこれからも実践していきたいと思っています。



保育室主任
村上 操

たばこをやめて みませんか？

一昨年5月1日より健康増進法が施行され、大勢の人が利用する施設について、受動喫煙（自分の意思とは無関係にたばこの煙を吸ってしまったこと）を防止する対策が講じられました。

本学においても、一昨年9月1日より病院内を禁煙とし、同時に喫煙場所が病院建物外に移動しました。喫煙者は肩身の狭い思いをされているのではないでしょうか。

現在たばこを吸われている人の7割が、喫煙について「やめたい」「本数を減らしたい」と思っているというデータがあるそうです。「たばこをやめたい」と思われている人は、喫煙が健康に及ぼす影響、吸わない周囲の人への被害も十分ご存知

だと思っています。たばこの害については、マスメディアをはじめ様々なところで説明されています。今回、ここでは「たばこをやめて得られるメリット」を取り上げてみました。この記事をご覧ください、「たばこをやめたい」という願望から「やめよう」という意志に変わり、禁煙が実行されるきっかけになれば幸いです。

■たくさんあります、禁煙で得られるメリット
①がんなどの成人病の予防になる
②歯がきれいになり、息やからだのいやな臭いが消える
③味覚がよくなり、食事がおいしくなる
④多少の運動では息切れしなくなる



禁煙を開始して、しばらくすると様々な禁断症状がでてきます。その症状や、どうやって対処するかなどいくつかのパフレットを病院サービス課で用意していますので、ぜひご利用下さい。

■どうですか？ 考えればいいなと思われるメリットがいくつもありませんか？ 喫煙者の皆さんは、たばこを吸うことでストレスを解消されていますね。しかし、こんなことありませんか？ 「たばこを切らすとイライラする」「不安で仕方がない」など。このストレスはまさに「たばこ」が作っているのです。禁煙することで、ひとつストレスを解消させることができます。

がきれいになる

2006 高槻シティ 国際ハーフマラソンに ボランティア参加しました



1月22日(日)晴天の下、開催された「高槻シティ国際ハーフマラソン」には、全国から5000人を超えるランナーが集まりました。

このマラソン大会に、本院の看護スタッフ3名がボランティアとして参加し、ハーフマラソンの「救護所・給水ポイント」である高槻市立五領中学校でランナーの皆様をサポートしました。

本院では、こうしたボランティア活動等を通じて、地域の皆様との交流をさらに深めてゆきたいと考えています。

シリーズ 診療科紹介

整形外科 木下 光雄

■運動機能障害からの開放をめざして

整形外科では運動器の外傷や疾患の診断と治療を行っています。運動器というのは、手足の関節のように自分の意志によって動かすことができる器官です。運動器には脊椎・脊髄と関節を構成している骨、軟骨や靱帯のほか、筋肉や腱、さらにこれらを支配する神経

のでした。日本では高齢化が進み整形外科的な外傷や疾患は増加しています。世界的にみても同様の傾向がみられます。そこで、世界保健機構（WHO）が中心になり、「運動器の10年世界運動（2000



ご診察中の阿部宗昭教授

年（2010年）」が世界中の国々で繰り広げられています。この運動の趣旨は、世界各国が連携して運動機能障害からの開放をめざし、終生健やかに身体を動かすことができ、生活の質（QOL）が保障される社会の実現をめざそうというものです。

■整形外科の治療内容ご紹介

整形外科には、生まれたばかりの新生児の先天性疾患から青壮年のスポーツ傷害、さらに高齢者の関節痛や骨

折にいたるまで、様々な外傷や疾患の患者様が受診されます。幸い当科にはいろいろな分野のエキスパートがいますので、現在行っている治療内容について紙面の許す限りご紹介したいと思います。

●四肢の障害

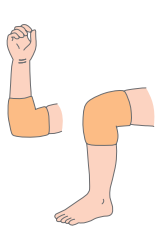
先天性の疾患による低身長や下肢の長さが左右で異なるような場合、あるいは骨折などによって四肢の短縮や変形が残ると、日常生活の上で大きな障害が生じます。このような患者様には、創外固定

器という装置（骨延長器）を取り付け、四肢の骨をゆっくりと延長して身長を高くしたり、脚長差をなくしたりしています。また、変形した骨の矯正、難治性の骨折や骨・関節の感染などにも創外固定器を用いた治療をしています。

●腰痛

腰痛の代表的なものが椎間板ヘルニアですが、ヘルニアのタイプによってはレーザーによる治療を行っています。この方法は国から高度先進医療として認められています。

められているもので、局所の麻酔だけで低侵襲に治療することができ、また、頸椎のヘルニアに対しても、患者様の病状によってはこの方法で治療ができます。なお、レーザー治療の詳しいことは当科のホームページで解説しています。またレーザー治療が適応とならないときには、小さな切開でヘルニアを摘出す鏡視下椎間板切除術（MED）を行っています。脊椎は高年齢になると変形しますが、脊椎の中の神



経が障害され腰痛や歩行障害をきたすことがあります（腰部脊柱管狭窄症）。また、思春期になり背骨が弯曲してくる病気（特発性脊柱側弯症）もあります。これらの疾患には変形を矯正して脊柱を固定

●関節障害

リウマチや加齢に伴って四肢の関節が変形

がありません（自己血輸血）。

●その他多くの臨床経験や学会報告

この他に、四肢や脊椎のスポーツ外傷に対する超音波検査や関節鏡を用いた診断と治療、上肢の神経麻痺や手の外傷あるいは先天異常の手術治療、外反母趾や扁平足など成人や子供の足変形の矯正手術や麻痺足の治療、悪性の骨・軟部腫瘍に対する患肢温存手術、先天性股関節脱臼など小児先天性疾患に対する治療など、整形外科全般



にわたって多くの臨床経験があり、その成績は国内外の学会で報告しています。最後になりましたが、整形外科の治療は、お薬やギブスあるいはコルセットなどの器具によって保存的に治療する方法も数多くあります。

運動器の外傷や病気で困りのことがありましたら、整形外科外来を受診されてご遠慮なくご相談ください。

■平成17年度 第6回市民講座

昼間のねむけ 江村成就

大阪医科大学 神経精神科講師

■日本人の睡眠

日本人は5人に1人が不眠に悩みながら、不眠症で医師を受診する割合が極端に低く、寝る前に酒を飲む比率が最も高いと言われています。



これらは種々の病気の関与もありますが、睡眠を削って仕事に励まなければならぬというストレス社会、24時間型社会の反映かもしれません。

■「昼間のねむけ」は様々

睡眠障害の診断と治療において、「睡眠障害国際診断分類」を使用します。不眠症、睡眠関連呼吸障害、過眠症、概日リズム睡眠障害、睡眠時随伴症、睡眠関連行動障害、その他、に分

類されています。この中で昼間のねむけをきたす疾患は？という点です。というの、夜間の睡眠の質が悪い故に昼間に眠くなることもありますし、夜間にいくら寝てもなお昼間に眠くなる病気（過眠症）もあるからです。

■夜間の睡眠の質が悪い場合

夜間の睡眠の質が悪い場合は、その治療により昼間のねむけを解消するようにします。例えば不眠症の方が夜眠られずに昼間に眠くなってしまう時は、睡眠薬を使用する方がよい場合があります。睡眠関連呼吸障害（睡眠時無呼吸症候群）は、

睡眠中に上気道が閉塞し繰り返し無呼吸の状態となり低酸素血症や循環器系の負担を招き、その際に起こる覚醒反応のために睡眠の質が低下します。持続陽圧呼吸療法を行うことで無呼吸を解消し夜間の睡眠の安定を図ります。聞き慣れない病名ですが意外と多いのがむずむず脚症候群で、夕方から夜にかけてジツとしていると生じてくる足の不快な感覚（むずむずする、痛い、つっぱるなど）が特徴的です。足を動かすと楽になるため、床の中でゆっくりと過ごすことができず、イライラして夜もな

かなか寝付けなくなります。ドパミンアゴニストが効果的な場合があります。

■過眠症の場合

一方、過眠症の代表はナルコレプシーです。居眠り病という俗称もあるぐらいで、日中に強い眠気に襲われて居眠りを繰り返して、喜んだり驚いた時に急に身体



が抜けてしまう情動脱力発作などが主な症状です。眠気に対してメチルフェニデイトが使用されていますが、現在モダフ



イニールというお薬の試験が進んでいます。反復性過眠症は、1週間ほど続く耐え難い眠気（過眠期）が反復して出現する原因不明の疾患で、心身のストレスがきっかけとなる場合があります。

す。終日臥床しており不機嫌、不活発で、この期間は就学などが不可能となります。思春期に発症しますが、ほとんどの症例が成人に達すると自然治癒します。特発性過眠症は、ほぼ毎日続く過度の眠気と居眠りが特徴ですが、眠

る場合も多々あり、鑑別には注意を要します。

■「睡眠障害対処12の指針」

最後に「睡眠障害対処12の指針」をお示しします。良い睡眠をとることは、健康の面からも意欲的に日常生活を送ることからも非常に重要なことです。快眠生活への一助になればと思います。

『睡眠障害対処12の指針』
厚生労働省 精神・神経疾患研究委託研究費「睡眠障害の診断・治療ガイドライン作成とその実証的研究班 平成13年度研究報告」より。

- ①睡眠時間は人それぞれ、日中の眠気で困らなければ十分。
- ②刺激物を避け、眠る前には自分なりのリラクセス法。就床前4時間のカフェイン摂取、就床前1時間の喫煙は避ける。
- ③軽い読書、音楽、ぬるめの入浴、香り、筋弛緩トレーニング。
- ④眠たくなってから床に就く、就床時刻にこだわらない。眠ろうとする意気込みが、頭をささげさせ寝付きを悪くする。
- ⑤同じ時刻に毎日起床。早寝早起きでなく、早起きが早寝に通じる。
- ⑥光の利用で良い睡眠。

- ⑦睡眠時間は人それぞれ、日中の眠気で困らなければ十分。
- ⑧規則正しい三度の食事、規則的な運動習慣。朝食は心と体の目覚めに重要、夜食はごく軽く、運動習慣は熟睡を促進。
- ⑨昼寝をするなら、15時前の20〜30分。
- ⑩長い昼寝はかえってぼんやりのもとで、夕方以降の昼寝は夜の睡眠に悪影響。
- ⑪眠りが浅いときは、むしろ積極的に遅寝・早起きに。寝床で長く過ごしすぎると熟睡感が減る。
- ⑫睡眠中のいびき、呼吸停止や足のびくつき、むずむず感は要注意。背景に睡眠



の病気、専門治療が必要。
⑩十分眠っても日中の眠気が強いときは専門医に。長時間眠っても日中の眠気で仕事や学業に支障がある場合は、専門医に相談。
⑪睡眠薬代わりの薬酒は不眠のもと。睡眠薬代わりの薬酒は、深い睡眠を減らし、夜中に目覚める原因となる。
⑫睡眠薬は医師の指示で正しく使えば安全。一定時刻に服用し、就床し、アルコールとの併用をしない。