



看護部通信

2012年5月号

インフルエンザ集団感染に対応して

今回、閉鎖病棟でインフルエンザが発生した事は私たちにとって、いろいろな課題を見出すきっかけになった。閉鎖病棟であった事、該当病棟の職員の頑張りや患者さん・ご家族、他職員の協力が感染拡大の封じ込めに寄与したと思っている。また全職員への感染情報提供をこまめに発信していくことが、職員の感染拡大防止の意識を高め、組織としての取り組みを強固にしたと感じている。いざという時には職員が一丸となり患者さん・ご家族の安全・安心のため素早く対応していかなければならない事を痛切に感じた数十日間でした。皆さん大変お疲れ様でした。



看護管理室

精神科急性期病棟に異動して 3病棟 K・A

4月より、3病棟へ異動し新たな環境で勤務がスタートした。以前の病棟と役割や患者さんの質の違いを、身を持って感じている。1つは看護・治療の展開の速さである。急性期治療病棟であり、日々患者さんの状態が変化していく。そのため状態に合わせた看護力と機敏な対応が要求される。もう1つは、三次救急体制をとっているおり、24時間入院を受け入れている。夜間はスタッフ数が少ない状況で対応しなければならない場合もたびたびある。私も初めての準夜勤務で救急入院を受け入れた際、とても忙しかったがスタッフ同士が協力し合いながら対応していた事を覚えている。異動初日のオリエンテーションで師長から「24時間入院を受け入れている病棟なので、その時は勤務者全員が協力しあって対応していかなければならない」と説明された事を思い出し、師長の言葉は、こういう事だったのかと強く実感できた。異動してまだ間もないが、私も病棟の一員として、また一人の看護師として成長できるよう努力していきたい。



ストレス脳の解消方法 3病棟 R・T

テレビでストレス脳とリラックス脳について4つの問診で簡単に判別でき嗅覚を刺激してストレス脳からリラックス脳へ変える事ができるという番組で見ました。

問診はA・Bの2択問題のうち、2つ以上Bが当てはまるとストレス脳と診断されます。

1 問目：携帯メールを送った相手からなかなか返事が返ってこない場合

A：自分から電話やメールで確認する B：自分のメールがおかしくないか読み返し相手の返事を待つ。

2 問目：スーパーの売り場から牛乳を取る場合

A：手前の牛乳を取る B：いちばん奥から取る

3 問目：夫が連絡なしに自宅へ職場の後輩を連れてきた場合

A：腹は立つがてきぱき対応する

B：後輩の対応に困り軽くパニックになる

4 問目：結婚記念日に夫からプレゼントを贈られたが自分の趣味でない品物だった場合

A：気に入らないが夫の気持ちをくんで時々身につける

B：全く身につけない

これらの結果をもとに、アロマセラピーの活用でリラックス脳へ変えることができる方法を紹介していました。

さて、私自身はBの選択が2項目でストレス脳の診断でした。私は子供のスポ少観戦でストレスを解消していますが、アロマの香りでリラックス脳に変わるのは素敵な対処方法だと思います。皆様是非お試しあれ！！