



看護部通信

2022年1月



明けましておめでとうございます。新しい年を迎えるとその年の初めてがたくさんやってきます。新年初めてのことは縁起がいいとされ、その中の一つに「初夢」があります。初夢は一般的には元旦から2日にかけて見た夢のことをいうようです。最近では見た夢を夢占いなどで検索できるようになりました。悪い印象の夢でも実は縁起がよいものもあるので調べてみるのもいいですね。皆さんはどんな初夢を見ましたか？（看護師長会）

コロナ禍での出産

5病棟 M・T

産休、育休をいただき12月に復帰しました。私が経験したコロナ禍での出産についてお話しします。

秋田県でも多くの感染者が報告されている状況だったため、検診時の家族の付き添いは不可、母親学級は中止、オンライン講座などもありませんでした。出産時の立会い、産後の面会も不可でした。分娩中もマスクを着用しなければならず、とても苦しかったです。第一子のお産で不安でしたが、助産師の皆さんは頻回に訪室し声掛けをしてくれたり、体をさすったり手を握ってくれました。今どんな状態にあるのか具体的に説明してくれ、大変心強かったです。

タッチングはオキシトシンを分泌させ、不安や疼痛を取り除く方法として知られています。治療内容や経過、疼痛への対処法を理解することも不安軽減につながります。患者さんに対して、自分の経験を活かし安楽な看護を提供したいと思います。

助産師さんすばらしい！
このような医療者を目指
したいですね



誕生石

5病棟 T・K

先日何気なくネットニュースで「日本の誕生石63年ぶりに改訂、新たに10石追加し全29石に」という記事を目にしました。現状のものに新たに2月クルソベリル・キャッツ・アイ、3月ブラッドストーン、アイオライト、4月モルガナイト、6月アレキサンドライト、7月スフェーン、8月スピネル、9月クンツァイト、12月タンザナイト、ジルコンの10石が追加されたそうです。

初耳な石がたくさんありました。私は2月生まれなのでクルソベリル・キャッツ・アイという石が新たに誕生石になりました。どんな石なのか調べてみると、猫目金緑石と言われ中央にくっきりと乳白色の帯が走っており、その名の通り猫の瞳のような宝石でした。

ここ最近仕事が忙しく心身ともに疲れ切っているの、思い切って誕生石をパワーストーン代わりに身に着けてみようかなと思いました。来年は寅年なので、虎はネコ科だしキャッツ・アイはおあつらえ向きなのかもしれません。どうか来年も心身ともに健康で働けますように。



誰か誕生日に
買ってあげて！