



独立行政法人国立病院機構 東徳島医療センター
〒779-0193 徳島県板野郡板野町大寺字大向北1-1
TEL 088-672-1171 FAX 088-672-3809 URL <https://higashitokushima.hosp.go.jp/> e-mail 515-KANRIKA@mail.hosp.go.jp

やさしい笑顔と よりそう医療

11月号
vol.184
2020.11.1



◇◇コロナ禍に思うこと◇◇

外科 齋藤 勢也

暑い夏が過ぎてこの原稿を依頼されたらまた登山について書いてみようと思っておりましたが、中国より伝播したと言われ、横浜港のクルーズ船、それ以降日本全国に拡散しているコロナ禍の影響にて自粛を余儀なくされるようになりました。その結果、県をまたいで移動制限の影響でどこへも出かけられなくなり、山小屋も一時閉鎖されてしまいました。お陰で登山にも出かけることが出来なくなりました。

今では、三密（密閉・密集・密接）なる言葉が守るべき戒律のように唱えられています。これはクルーズ船や、集団発生より得られた事で感染症では極、当たり前の事です。そこで三密という言葉がこの際調べてみると、本来は、あの弘法大師（空海）が開いた『真言宗をはじめとする密教の教え』だそうです。具体的には『身密・口密・意密』が三密なのです。これに准えて日本人に判りやすく教えを広めたのでしょうか？この内容を読むと真言密教の教えは、確かに感染症を予防するのに理にかなっていると思いました。知りたい方は、三密で検索して見てください。

また、新たにソーシャルディスタンスなる言葉や、ロックダウン、クラスターなる聞き慣れない言葉が氾濫して高齢者にとって何？？となりますね。

医療従事者にとってもこれまで世界中で色んな施設で頑張っただけで診察に当たってきた医師や看護師、メディカルスタッフの方々がコロナ感染症に罹患し、命を落としています。救急現場で不幸にも感染してしまうこともあり、また指定病院で従事しているだけで、家族や、患者さんたちが偏見により、差別されるケースも報道されています。日本

人の閉鎖的的一面でしょうか？ 都会では、宅配サービスを利用して外食に行けないのを補って新しいサービスが提供されています。これまで当たり前と思っていた毎日学校へ通学する・会社へ通勤する・冠婚葬祭・旅行をする・食事を仲間と一緒にいるなどの行為は先ほどの三密の回避という戒律のおかげで困難な状態となってきました。その影響で、人々の移動制限にて国や世界中のサービス・経済活動が停滞し、国の財源は、国債の乱発にて風前の灯火です。それに代わるものとしてテレワーク・ウェブ会議・オンライン診療なる新形態が提示され、人と接することなく仕事・学校・診療・会議を行うことができるようになってきました。今後これらの形態が、主流になって行くかもしれませんね。

人類の歴史が感染症との戦いの歴史で100年前はスペイン風邪が世界中で大流行し、またそれより前は、ペストがヨーロッパで伝播し、黒死病と言われたほどです。その都度我々は対策を講じて、免疫を獲得し、新たな疾病に打ち勝ってきました。叡智をあつめ、コロナに対する治療法も徐々にですが、確立されつつあり、死者数も減少しています。またワクチン開発も各国が競い合って研究が進んでいます。

日本には、世界に冠たる保険医療制度があり、所得に関係なく良質な医療が受けられるシステムになっています。この社会保険制度を維持させ得るために、健全な財政システムの維持が必要です。全国の病院の9割は赤字だそうです。なんとか皆さんで協力してコロナ禍に打ち勝ってアフターコロナの社会を作って行きたいものです。



写真や景色を見て感性を高めてみよう



こんにちは。不定期ですがくすの木新聞に投稿させて頂いている、透析室看護師の植田です。

数多くの趣味をお伝えしてきた私ですが、実はもう一つ趣味があります。それは写真です。(え?まだあるの?暇な人なの?というご指摘は心を痛めるのでお控えください。)

時代は私の看護学生の時に戻りますが、当時の看護教員に「休みの日には美術館とか行くと感性が磨かれますよ」「感性は看護師にとっても必要です」と教えてくれたことがあります。

残念ながら私は美術館にはあまり行く趣味はありませんでしたが、感性を磨くという言葉には非常に興味を持ちました。その理由として、普段何気なく見ている景色も、感性が高まれば「こんな綺麗な景色だったんだな～」と気づいたり、いつも通る場所も「時間帯を変えるだけで違う景色になっているかも?」と思ったからです。感性というのは私たち看護師の仕事でも活かされています。

第六感を鍛えている看護師さんは、患者さんのほんの少しの変化に気づいたりする事もよくあり、これによって助けられた方も実際にいらっしゃいます。(私はそこまでの感性は残念ながら…)

話は戻りますが、まだ私が30代前半だったときですが、仕事帰りに「明日は休みだし、少しでも遠回りしてみよう」と思い、ふと「かわばた橋から当院の方向を見たら川が綺麗かもしれない」と、当時写真を撮ることが好きだった私は車にいつも携帯していた一眼レフを片手にその場所まで行って見ました。



ここがかわばた橋です。この橋を真ん中あたりまで移動し(歩いて)、夕暮れ時を狙って当院の方向を見るととても美しい景色が見られると思います。



それがこの写真です。10年前くらいに撮ったのもあり、画像が悪すぎてうまく伝わりませんが実際に見ると中々癒されます。(少しだけ…)

折角なので、このコロナ禍で皆さんの疲れた心を少しでも癒せるように、一服の清涼剤として以下の写真も見てみてください。



こちらは旧吉野川橋です。

有名な写真スポットとしては旧吉野川橋なども有名ですね。(この写真は僕の友人が以前撮ったものを頂きました。)

夜や夕暮れ時だと夕陽が吉野川の水面に反射してとても綺麗だと思いませんか?(もちろん、何も感じない人もいると思いますが…)

私は水面に映る光が非日常的に感じて、しばらく車の中から見ていた記憶があります。

ここで少し深呼吸して立ち止まってみませんか?そしていつも見ている景色について少しでも気持ちにゆとりを持たせて考えてみましょう。

何気ない風景だとしても、「何か良かった」「何か気持ちが癒された」と思えることがあります。

私の中で写真というツールは、目に入って感じた瞬間を切り取れる唯一の物だと思っています。

最近では綺麗な写真は携帯でも撮れますが、一眼レフで撮った方が綺麗な写真を撮れる確率が高いように思います。昔はフィルムで撮ったりもしてましたが、今はもっぱらデジタルが主流ですね。

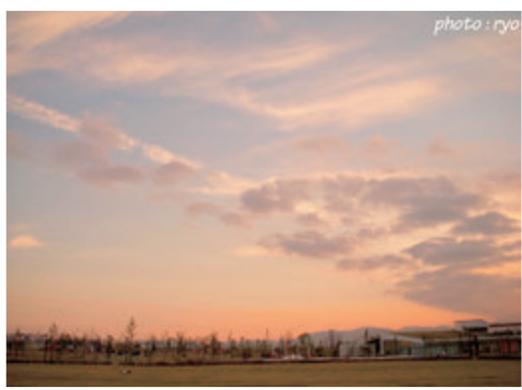




(フィルムのざらついた雰囲気の写真も好きなのですが…)
これは室戸岬の灯台から見た「だるま夕陽」です。(10～11月前後が見頃)

写真を撮りに行った訳ではないのですが、いつもこの頃は常にカメラを持っていたので太陽が海に沈みそうなタイミングで、ふと「写真に収めてみたい!」と思い、すぐに撮影場所へ行った記憶があります。

こちらはどこにでもある公園ですが、雲がとても綺麗だったので思わず撮影しました。日常の何でもない景色ですが、少し気持ちに余裕を持たせる努力(ここが重要です)をすれば、いつもの風景も素敵な景色になって見えるかも? しませんよ。



最後の写真は月に1回?(はっきり記憶してませんが…)開催されていた、徳島市内のパラソルショップが終わった後の写真です。



パッと見ると何も感じないかもしれませんが、写真を見ながら想像してみてください。

パラソルが閉じられていて、どこか寂しさを感じませんか? 「今度、いつ開催されるのかな?」「ふ～。疲れたな～」など、パラソルが恰も会話しているような気がします。

このように、時々ですが少しの時間だけでいいのです。

立ち止まって、今日あった一日を空を見ながらゆっくり思い出してみることが私は大切だと思います。

そこで何を感じる事ができるか?それはあなた次第です。(とはいえ、何も感じない人がほとんどでしょうけど…笑)

さあ深呼吸をしてみてください。そして空の景色を見たりすることから始めてみませんか? 日常の一コマを色々な角度から見ることもきっと楽しいと思いますよ。

(看護師/植田 良)

『特定看護師』とは

今回は『特定看護師』についてです。

特定看護師と診療看護師(JNP)ってなんだか似てますよね。違いについてお話させていただきます。

特定看護師は、厚生労働大臣が指定する指定研修機関で特定行為に関する研修を受講した看護師です。当院では、『特定看護師』という名称にしています。

特定看護師が受講する研修時間は、必要とされる能力を身につけるための共通科目を315時間、それに特定行為区分ごとに設定された区分別科目の時間数を追加します。

よって、特定看護師が受講した科目により行える特定行為が変わってきます。例えば、当院の特定看護師は呼吸器関連3区分の研修を受講しているため、その6項目のみを実施することとなります。

特定行為に関していえば、JNPは21区分38行為すべてを行うことができ、特定看護師は研修を受けた行為区分のみという点が違うのです。

次回は、『特定行為』についてお話させていただきます。

(診療看護師/谷口 宜子)



臨床工学技士より

非接触体温計について

「臨床工学技士」あまり聞きなれない言葉かもしれませんが、現在臨床工学技士として働いている人数は全国で24,000名程、男女比率が3：1の割合となっております。

当院は、女性技士1名、男性技士2名の合計3名で勤務しており、和気あいあいとした雰囲気の中でお仕事させて頂いております。

臨床工学技士の業務内容は、血液浄化装置や人工呼吸器、人工心肺装置などの「生命維持管理装置」を医師の指示のもと操作して治療のサポートをするほか、院内にある医療機器が安全に正しく使用できるように保守点検を行うなどの業務を担っています。

最近では医療機器購入時の委員会にも参加させて頂き、医療機器の購入～廃棄までの間「安全第一」で使用できるよう、協力させて頂いております。

ここ最近院内でよく購入しております「非接触体温計」について今回、簡単ではありますが紹介させていただきます。

★「非接触体温計」の原理

非接触体温計は赤外線を利用し、測定しています。

全ての物体からは、その温度に比例した量の赤外線が放出されています。

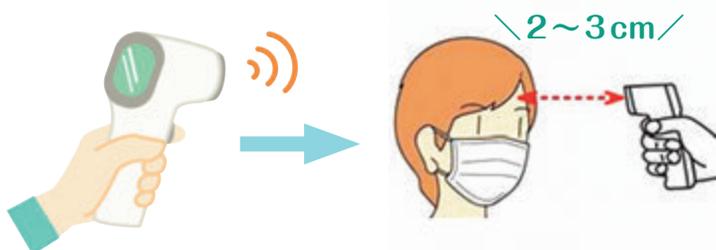
その赤外線の量を測定すれば、その物体の温度を知ることができます。

額から放出される赤外線は、赤外線センサーにより高線量として検知され、内蔵されたコンピューターが温度数値に変換し、体温として画面上に表示されます。

★主な測定方法

(※機種によって多少測定方法に違いがあります。)

1. 安静状態を保てるようリラックスして座ります。
2. 本体の電源を入れ、「℃」表示が出るのを待ちます。
3. 額の中心辺りから「2～3cm」離して測定開始ボタンを押します。
4. 自動的に測定が開始されますので、2～3秒間お待ち下さい。
5. 「ピッ」と音が鳴り、画面上に数字が表示されますと測定は終了です。



★非接触体温計の利点と欠点

〈利点〉

1. 直接体に触れる事なく、体温を測定することができます。
2. 比較的短時間で測定が可能です。実測式なら速くて3分、耳式体温計でも5～10秒程度の時間が必要となってきます。それに比べ、非接触体温計なら2～3秒で測定することができるので、体温計の中では最速の分類になります。
*ただこれは商品によっても差がありますので、あくまでも平均的な速度とお考え下さい。
3. メモリー機能を搭載している機種もあり、数回～数十回分の体温を記憶することができる機種もあります。
4. その他暗い部屋での使用に便利なバックライトを搭載している機種や、温度計モード付機種（赤ちゃんのミルクの温度やお風呂の温度を測定できる機種）もあり、検温だけでなく多種多様に利用できる機種もあります。

〈欠点〉

1. 非接触体温計の内部構造は非常に複雑であり、その分他の検温器に比べ高価になってしまいます。
2. 非接触体温計は、額と計器の間に空間ができるので、空気（外気温）の影響を受けやすくなります。
3. 正しい使用方法を知った上で測定しないと、正しい数値が得られない可能性があります。

非接触体温計の購入を検討される場合、誰を対象に（赤ちゃんなど）どのような目的で（測定したい項目など）、どのように使用したいか（定期的の使用など）をよくご検討頂いたうえで、非接触体温計を購入されてみてはいかがでしょうか？

記載させて頂きましたように、購入後は添付されている添付文書をよくお読みになり、正しい使用方法で測定される事をお勧めいたします。

今後も多くの場所で非接触体温計を使用し測定する機会があると思いますが、測定前に一度上記内容を思いだして頂き、測定して頂けますと幸いです。

(臨床工学技士/清水 紋子)

