

病院短信

『暴力行為』

一病棟 看護師長

斉藤 宏美

海開き・山開きの便りが各地から届き、心も体もウキウキする季節となりました。今年の夏も暑くなるのでしょうか？熱中症対策に心掛け乗り切っていきましょう。

今年の二月から一病棟へ異動となり五カ月が過ぎようとしています。患者さんの顔と名前・病状や性格などが分かってきて、ご家族とも話をする機会が持てるようになってきました。しかし、まだご家族全員のお顔が分からない事もあり、迷惑をお掛けしているかと思いが、より一層の努力をしていきますのでよろしく願います。また、気軽にお声を掛けていただけると大変うれしく思います。

どの病棟にも、大きな声で歌を歌っている患者さんがいます。一病棟でも、若い頃に民謡を習っていたという患者さんが大きな声で歌を歌っています。大変上手で声が通るので私たちも聞き入ってしまう事があります。また、あるテーブルでは三人が仲良く毎日一緒に歌を歌っています。声を出すことは、①滑舌を良くする ②声が通るようになる ③肺活量がアップする等の利点があり、余程周囲に迷惑が及ばない限りは歌ってもらっています。肺活量がアップし肺が強くなる事で肺炎に罹患するリスクが下がり、滑舌が良くなり声が通る事で訴えが伝えやすくなります。当院の午前中のOT活動では、ほぼ毎日歌を取り入れています。その効果があつてか最近のOT活動では患者さんの声が大きくなりしてきただけのように思います。重度の認知症患者さんや失語症の患者さんにも、歌えない方でも歌の代わりに手を動かしたり体でリズムをとっていたりします。こんな光景を見ていると、ここが患者さん達にとって『落ち着ける居場所』であることにほっとします。しかし、病棟の環境にも慣れ自分の生活が出来ている患者さんばかりではありません。まだ環境に慣れず暴力行為のある患者さんもいます。

暴力行為は主に認知症の中期の患者さんに多くみられますが、その他にもイライラしている・気分の急激な変動がある・徘徊・興奮・攻撃的言動等の症状もみられます。暴力行為に発展する原因には、ストレスが多い・不愉快な生活環境・腹が立つ事が多い・イライラする・不安がある等があります。以前に参加した研修で「暴力を振るう患者さんに対して出来る限り目を合わせないようにしていませんか？出来る限り関わりを少なくしていませんか？」と言われました。こういった患者さんこそ声掛けを多くする事が大切。職員全員がその患者さんの横を通る時には、日に何度でも声を掛けようとする事で『みんなあなたの側にいるよ』という安心感につながり、安心することで暴力が減ってくるそうです。また、こんな事も言っていました。「腹が立つ事が何もないのに暴力を振るいますか？楽しくて幸せで何の不安も不満もないのに暴れますか？そこですよ。楽しくて安心できてほっとして癒されてそんな生活環境があれば暴力はありません」と。

五十六人の患者さんがいれば五十六通りのストレスがあります。五十六人すべてのストレスを知るのには難しいけれど、うるさくないかな？暑くないかな？オムツが汚れて不快じゃないかな？と、ストレスに繋がる原因を可能な限り考えストレスになり得る物を排除して、全ての患者さんが気持ちよく生活が出来るよう心掛けていこうと思います。



看護のひろば



1病棟 看護師

相澤 正樹

ジメジメした梅雨がが続いていますが、この季節は温度・湿度が高く部屋にカビやダニが急激に増えます。これが原因で喘息や気管支炎等のアレルギー疾患を引き起こす事があるので注意が必要です。

このダニですがソファー・カーペット・寝具に多く潜んでいます。夏場にかけて大繁殖し、そのフンや死骸を吸い込んでしまうとアレルギー症状を引き起こします。ダニは掃除機程度ではいなくなり、洗剤や漂白剤を使用しても元気なまま、天日干ししてもほとんど死なずとまさに最強ですが、60℃で死滅しますので乾燥機が効果的。布団やカーペットなど大きなものはコインランドリーの乾燥機を使用したり、夏場は70℃以上になる炎天下の車中に入れたりするのも手です。あと少しで真夏！うっとうしい梅雨を上手に乗り切り、気持ちよく過ごしましょう。



いさいさ介護



2病棟 介護福祉士

西田 正子

3年ほど前、大病を患い長い闘病生活の末に亡くなった母。その後1年を待たずに父も他界しました。一緒に母の看病を頑張っていた父が、まさかこんなにも早く逝ってしまうなんて。気丈にふるまっていた父の深い悲しみに気付かなかった自分が情けなく、本当にショックでした。そんな時私を支えてくれたのが娘や孫、そしてこの職場の仲間達でした。落ち込む私に優しい笑顔や励ましの言葉、時には一緒に涙してくれる事もありました。ただ近くにいてくれるだけでもどんなに心強かったか…。

大切な人を失う計り知れない悲しみを身をもって経験した事で、患者さんだけでなくご家族の不安や悲しみに少しでも寄り添い、共感のできる介護士でありたいと思いました。



事務屋の独り言

常務理事 事務局長

瓦井 洋

『埼玉がビリ？』

何がビリなのか解りますか？人口十万人当たりの医師の数が全国各都道府県の中で一番少ない、つまりビリ、なのです。

○一人。この数字はトップの徳島県の半分にもならず、三位の同じく四国の高知県のやつと半分です。ちなみに二位は京都府です。医師数に限れば、かなりの西高東低です。この傾向は、昔から言われ続けているのですが、なかなか正されません。何故なのでしょう。もう一つ、医師数において面白い？現象があります。それは、割と人口の多い首都圏にある県なのに、埼玉県がワースト一位。二位は茨城県で、ワースト三位が千葉県という結果です。

どうしてこんな現象が起きているのでしょうか。その要因の一つに、厚労省の医療費削減策の一環である『病床規制』がある、というのが有力説なようです。いつでしたか「県内のベッド数が低く抑えられ、一朝一夕に医師数を増やすことが出来ない」と知事の上田さんが嘆いていたことがありました。確かに、確かにベッド数もないのに医師が集まる訳がない、というの一つの理屈ではあります。が、私はどうも違うような気がしています。

余談ですがこのベッド規制、始まったのはいつごろからでしたかね。確か、私が川越セントノア病院を設立したのが十五年前。その後二年足らずで春日部セントノア病院を設立するための申請を行ったのですが、その時、埼玉県ではこれが最後、と言われたのを記憶しています。その後は特殊な場合を除き申請しても受け付けてもらえないという話でしたから、多分その頃だったのでしょうか。しかもこの規制、新規の増床だけが対象で、すでに許可を得ていた都道府県はまさに既得権で、ベッドを減らされることはなかったのですから、片手落ちと言え片手落ちですよ。

まあそんなこんなで、西高東低は未だに続いている訳です。悔し紛れ、と言われそうですが、四国の徳島県や高知県には「病院通り」や「病院銀座」と呼ばれる市街地があるくらい病院が多いと聞きます。少しでいいですから埼玉県にも医師を回してくれませんか。

さて、埼玉県に医師が少ない最大の要因（と私は昔から思っています）を挙げてみます。それは県の人口規模に比べて、県内の大学に医学部が少ないこと。少ないというより現在は（私立）埼玉医科大学、一校だけ。（所沢に防衛大学はありますが、防衛大は入学時より進路が決まっていますので除外します）千葉県も数年前に国際医療福祉大学が開学するまで（国立）千葉大学、一校だけでした。

地方の過疎化が進む中でも埼玉県と千葉県はいまだに人口が増え続けています。それなのに医師を育てる大学が一校だけ。確かに今、全国の大学医学部生に医師になった後、地元で一定期間（九年以上）で返済免除制度が多い（働くことを条件に、医学部生に奨学金を支給する「地域枠」というものがあり、埼玉県も順天堂大学をはじめ、他の大学にも埼玉県の地域枠をお願いしているようですが、いかんせん付け焼刃です。国立の埼玉大学に医学部を造るか、若しくは県立大学に医学部を増設するか、何とかありませんか？

医療というのは医師がいて初めて成立します。病院も医師がいるから設立できるのです。医師が少ないということは、当然、病院も少ないということ。つまり、埼玉県は、県民が生活していくうえで、大事な社会資源（病院）が少ないということなのです。



誕生日会&父の日

傘の器にボールを入れるゲームや相手の陣地に風船を投げ入れるゲームで大変盛り上がりました！

もみもみ！
トントン！

第9回 西川 潤子さん

ピアノリサイタル

今回演奏して頂いたのはショパンの幻想即興曲とノクターンの中でも特に有名な2曲。
ノクターンの20番は映画『戦場のピアニスト』で、2番は映画『愛情物語』で共に使われた名曲です。

唱歌・童謡の演奏では、皆さん生き生きと歌っていました。
今回も楽しいひと時をありがとうございました。

サウナコーナー

さう
ほよ？あんな所にプールが…か？い？！
よし、行っちゃえ
キーン！ どぼーん！
ざぶざぶ…パシャパシャ…うほほーい！
あゝあ、ビシャビシャになっちゃったー。
スタッフ
ハッ怒！
うんちゃ！

作業療法室だよ！

作業療法士 平野 有香

雨の季節の紫陽花も素敵ですが、そろそろ青空が恋しくなってきました。本格的な夏が待ち遠しいですね。
今回は、梅雨空を吹き飛ばす爽やかな『歌・軽スポーツの会』について紹介したいと思います。風船、ボール、輪投げといったものを使って身体を動かします。メンバーみんなで行うもの、個人戦で頑張るものと皆さんいきいきと取り組んでいます。
いつも背もたれに寄りかかっている方が輪を入れようと前方に身体を起こしたり、普段車椅子に乗ったまま動かさない足で思っきりボールを蹴ったりされます。体操ではなかなか注意が向かない方、模倣が出来ない方が目の前に来た風船を投げ返すこともあります。おしとやかな方が、実は運動が得意で思わず声が出ていたりという発見もあります。またメンバー同士で「頑張れ！」「(目標まで) みんなで頑張しましょう！」「〇さんは上手いな～」と認め合い、励ましあう場面もみられます。
色々な身体の部位を動かすことで動きのバリエーションが増え、関節の動く範囲や筋力・柔軟性・持久力の維持向上につながります。それと共にみんなで楽しく身体を動かすことは認知面への刺激や気分転換やストレス発散になります。人から認められる経験は、安心して過ごすことのできる場所になると思われます。
こんな会ですが、メンバーが多くなり今年から2つのグループに分けて行っています！私自身もとても楽しく一緒にさせていただいています。これからも元気に取り組んでいきたいと思っています。

スタッフ紹介

保育室 じゅんこ
こうさか 高坂 純子
星座：かに座
血液型：B型
趣味：温泉巡り

私は土いじりが好きで、毎年春になると家の小さな花壇に大好きなひまわりの種を植えています。しかし土地柄なのか『ナメクジ』が多く、せっかく植えたひまわりの種を食われてしまいます。全部食べられて2回種を植えた年もありました。ペットを飼っているのなるべく薬をまかずに駆除したいと思い、毎年自作の【ナメクジホイホイ】で憎っくきナメクジと格闘しています。
私には子どもが2人います。上の娘は結婚して去年孫が生まれました。下の息子は3月に大学を卒業し4月から社会人として富山県に赴任しています。
ひまわりの花が咲く頃、子ども達が帰省し遊びに来るのを楽しみにしています。

超簡単！【ナメクジホイホイ】の作り方
空のツナ缶にビールを1cm入れ、花壇に設置。
ホイホイ捕れます！

◇◇ 7月の予定 ◇◇

◆七夕
7月1日（日）～7月8日（日） 談話室に笹を飾ります。
患者さんや保育室の子ども達の短冊を是非ご覧ください☆
ご家族の皆様も是非、短冊に願いを。 ※短冊は事務所まで

◆七夕会
1病棟 4日（水）デイルーム 14：00～
2病棟 6日（金）談話室 14：00～
3病棟 6日（金）デイルーム 15：00～

◆誕生日会
14：00～ 各病棟デイルームにて
1病棟 13日（金）
2病棟 18日（水）
3病棟 11日（水）