

見つめる目

しなやかな心

医療を支える 看護の手

**看護部だより**

2016 年

04 月号

第 299 号

特定医療法人衆済会  
増子記念病院  
看護部  
部長 上村 志磨子  
(認定看護管理者)

## 褥瘡への取り組み

### ～褥瘡発生率 0 を目指して～

4 階病棟 主任

皆さん、「看護部だより」の 3 月号は読まれましたか？部署報告で「労働と看護の質向上のためのデータベース（DiNQL）事業への取り組み」についてありましたが、4 階病棟では、「じょくそう」と「誤薬」について取り組んでいます。その中で「じょくそう」について発生率 0 を目指して取り組んでいます。現状はというと発生率 0 ではありません。では、なぜ発生させてしまっているのか、観察項目、ケアの方法などを見直すことが大切であり、そこで再度、褥瘡に関する知識を深めておくことが必要だと思いました。

#### 1 はじめに

3 月 9 日に NST 褥瘡委員会より、大浦武彦先生による「最新の褥瘡治療と適切な栄養の考え方」の勉強会を開催しました。ここで圧とずれの排除についてや体圧分散マットレスの選択についての最新の情報と、2015 年版の褥瘡予防・治療ガイドラインの紹介がありました。参加したスタッフからは、「とても勉強になった」との意見をいただきました。

#### 2 褥瘡予防・管理ガイドライン

日本褥瘡学会では、2005 年に「科学的根拠に基づく褥瘡局所治療ガイドライン」を発表し、昨年、「褥瘡予防・管理ガイドライン」の第 4 版を発表しました。ガイドラインには、保存的治療、外科的治療、全身管理、リハビリテーション、

スキンケア、体位変換、ポジショニング、体圧分散マットレスなど、全 13 項目から設定されています。今回の改訂で、スキンケア、体位変換、ポジショニングの項目で追加設定がありました。

#### 3 リスクアセスメント

褥瘡リスクアセスメントツールはいくつかありますが、その中でプレーデンスケールは世界各国で採用されており、日本褥瘡学会でも推奨されています。プレーデンスケールは、①知覚の認知、②湿潤、③活動性、④可動性、⑤栄養状態、⑥摩擦とずれの 6 項目でアセスメントする方法で、褥瘡発生の予測妥当性に優れており、褥瘡発生を 50%抑えることが出来るといわれています。

これをもとに、大浦武彦先生と堀田由浩先生が作成したものが、OH スケールです。このスケールは、①自力体位変換、②病的骨突出、③浮腫、④関節拘縮の危険要因 4 項目と、⑤栄養状態の低下、⑥皮膚の湿潤の警戒要因 2 項目から評価します。OH スケールは、日本人高齢者を対象に褥瘡発生危険要因が点数化されていることが特徴です。これらを使う目的は、評点化の基準により危険性を判定し、観察誤差を軽減するため、また早期に関連要因を排除してケアに介入するためです。

#### 4 現在の取り組みと今後

褥瘡ケアにおいて過去には褥瘡創部を日光に当てたり、ドライヤーで乾燥させるなどというケアが行われていました。しかし現在は、褥瘡発生のメカニズムの研究が進み、予防、ケアの方法など新たな手法も進んでいます。今日まで褥瘡発生の要因は、圧迫と時間と言われていましたが、現在は、圧迫と応力、時間と頻度と言われています。また、褥瘡の経過の評価スケールとして「DESIGN-R」が開発され、アセスメントの手法が確立されエビデンスに基づくケアを実施できるようになりました。当院では、ガイドラインを指針とし、NST・褥瘡委員会より「褥瘡発生予防・治療計画書」を作成し、褥瘡経過評価にはDESIGN-Rを使用し、1週間に1回評価しており、これをもとに、病棟では毎週ミーティングを行っています。またNST褥瘡委員会での毎月に勉強会を行っていますが、なかなか改善されないのが現状です。

なぜ改善されないのかと病棟褥瘡委員スタッフとミーティングを行い、「アセスメントができていないのではないか」との意見がありました。このため、NST褥瘡委員会の勉強会でOHスケールについての報告があり、試験的にOHスケールの活用と、体圧測定器を使用した除圧方法をアセスメントすることにしました。まだ始めたばかりで結果はでていませんが、今後検討していきます。

#### 5 おわりに

褥瘡の発生には、それぞれ個人差はありますが、目安としては、寝ている状態で約 2 時間、座位の状態で約 30 分ということです。個々の患者さんの病状、ADL の状況、栄養状態などもふまえ、除圧、体位変換の方法、マットレスの選択など考え、まずはできる限りつくらないようにしっかりと褥瘡を予防することが大切です。

これからも皆さんと一緒に褥瘡発生率 0 を目指して取り組んでいきたいと思えます。

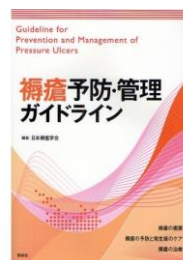
#### <参考文献>

堀田予防医学研究所 堀田 由浩著

「褥瘡予防具選定における褥瘡リスクアセスメントのすすめ」

日本褥瘡学会

褥瘡予防・管理ガイドライン



## 学生コーナー

### 入社して①

#### 「なりたい看護師像を思いだし」

##### 看護学生

私は幼い頃入院したことがあります。

手術を控え不安な時、担当の看護師さんが不安な心を和らげてくれました。その看護師さんは私の他にも担当の患者さんがいましたが、患者さん一人一人に合わせた看護と声掛けをしていました。

それから看護師に憧れを持つようになりました。中学、高校の授業の「職場体験」では看護体験を選び、実際に看護師体験をする機会がありました。看護体験を通して「看護師になりたい」と感じました。

高校 3 年の秋に看護専門学校に入学が決まった時は本当に嬉しくて泣きました。また、増子記念病院に入社が決まり、看護師の側で看護業務を見学できるということに嬉しさを感じました。そして 3 月 9 日に長崎から名古屋に来ました。

地元から出る時には同級生、親戚が朝早くにも関わらず、見送りに来てくれ、地元の人々の温かさを感じました。名古屋に到着してみると私の地元より何百倍も都会で、道や建物を覚えることに必死でした。今もまだ覚えたとは言えませんが…。

いよいよ本格的に仕事が始まりました。外来の業務は始めるまでわかりませんでした。仕事をしてみると、立ち仕事や外来を走り回ることが多く、初日は

かなり疲労がありました。しかし、たくさんの人から優しく教えて頂いたので 2 日目、3 日目では仕事と場所を少し覚えることができ、初日よりスムーズにできました。

1 週間仕事をして、授業の看護体験では得られなかったバイタルサイン測定や外来の仕事のたまかな内容を知ることが出来ました。

仕事は私の考えていた以上に体力が必要だと感じました。私はまだまだ慣れないことも多く、失敗をしたいと思います。一度した失敗を繰り返さないためにも、わからない事は先輩や看護師の方に聞き、メモを取るなどして早く身に付けたいです。また、仕事が苦になるときは、なりたい看護師像を思いだし、どんな困難も乗り越えていきたいです。

そして学業との両立をするためにも、自分の体調管理をしっかり行い、3 食欠かさず食べて仕事に支障が無いようにしていきたいです。

4 年後には資格取得ができるように病院と学校で十分な技術と知識と応用力を身に付けられるように努力していきます。

以上



## 入社して②

### 「少しずつ覚えていきます」

#### 看護学生

私は、小さい頃から母が看護師の仕事をしている姿を見てきました。その姿を見て私も看護師になりたいと思うようになっていきました。そして、私が高校生になったとき姉が看護師を目指して勉強している姿を見るようになって、看護師になりたいという気持ちが強くなっていきました。

それからは、志望する学校に入れるように先生に放課後勉強を教えていただき、無事に希望する看護専門学校に合格することができました。

私の志望する学校は、働きながら勉強することができる所で、就職する病院を探していた時に増子記念病院を見つけました。

増子記念病院は、いろんな診療科があることを知り、看護師として働いていく際に良い経験になると思い増子記念病院を志望しました。

無事に内定を頂くことができ、そこからは看護学生としてどんな仕事をしていくのか全然分からなかったのですが、残り少ない家族と友人との日々を大切に過ごしていきました。

そして、あっという間に赴任の日になり、入社しました。正直、遊び足りないという気持ちもありましたが、看護学生の仕事を見ていく内に覚えなければいけないことがとても多くて早い内に赴任していて良かったと思いました。

病院で働き始めてもうすぐ2週間経ちますが、まだ仕事には慣れません。初めてのことだらけで指示されないと動けないこともたくさんありますが、それでも看護師

さんや先輩方が優しく教えてくださり、最初の頃に比べれば出来ることも増えてきました。

少しずつですが色々なことを覚えていくことができました。仕事をしていく時に慣れないことで疲れることもありますが、食事の配膳や顔拭きなどをしていく時に患者さんから「ありがとう」と笑顔で言われるとやっぱり暖かい気持ちになり、頑張ろうという気持ちが強くなって頑張っていけます。

これから覚えていかなければいけないこともたくさんありますが、先輩方の姿を見ながらも早く覚えていき、仕事に少しずつ慣れていきたいと思います。

以上

## 入社して③

### 「とても良い環境にあるので」

#### 看護学生

私が増子記念病院に入社して2週間が経ちました。入社する前までは新しい環境への不安でいっぱいでしたが、仕事を始めてからは早く職場に慣れて、たくさん学んで、看護の夢に近づきたいという思いが強くなっていきました。

今では、少しずつ仕事の流れもわかってきましたが、まだまだ慣れないことが多く勉強する日々です。

最初はわからないことばかりで戸惑うことが多くありましたが、先輩方や看護師さんの姿を見て患者さんとの接し方やどうしたら患者さんの負担が少なくサポートできるのか、など少しずつですが分かるようになってきました。

だけど、私は仕事を覚えることに必死で患者さんの通行の妨げになっていたり、患者さ

んの状況を考えずに作業してしまったことがありました。その時は全然周りが見えていなかったと反省しています。

仕事をする上でも患者さんと接する時に表情や様子から体調を気にしておくことや周りを見て行動することが大切だと感じました。

しかし、実際に患者さんと接してみるとうまく言葉を伝えられなかったり、戸惑うこともあって思うように動けないことに悔しさを感じています。患者さんの気持ちを理解したりそれを考えて行動したりすることは思ったより難しかったです。

私はまだ一人で業務をこなすこともできず失敗することもあります。先輩方のように早く正確に業務をこなす、的確な判断が出来るようになりたいです。そのためにも、早く仕事を覚えて今自分にできる仕事を頑張る、出来ることを徐々に増やしていきたいです。そして、一度失敗したことを繰り返さないように毎日少しずつ学んでいきたいと思っています。

まだまだ未熟でできないことも多いですが、これからたくさん経験して、正確な知識と技術を身につけられるように頑張ります。

仕事と勉強の両立は大変だと思いますが実際に経験して学んでいける、とても良い環境にあるので先輩方や看護師さんの姿を見て毎日成長できるようにしたいです。そして、自分の理想の看護師になれるようにこれからたくさん勉強して努力していきたいと思っています。

以上

### 看護部だより 12 月号の感想

#### 4 階病棟

「お口のきれいな病院を目指して」を読ませて頂き、毎日行っている口腔ケアについて改めて考えることができました。

毎日の口腔ケアでは「きれいにしよう」「肺炎予防に努めよう」という気持ちで実施していますが、患者さんに「口を開けてもらえない」というケースがあります。口腔ケアを拒否する患者さんの場合、自分はどうしていたか振り返りました。何とか口腔ケアを実施しようと意地になり、患者さんの「他人に口腔内を見せるのは嫌だ」という気持ちを尊重できていなかったと思います。

看護の基本ではありますが、毎日の口腔ケアやその他の清潔の援助を実施していく時に患者さんから「口腔ケアは気持ちがいい」「安心して任せることができる」と思ってもらえるようにしていきます。

以上

**第 105 回看護師国家試験の合格発表**が 3 月 25 日にありました。受験者数は 62,154 人で合格者数は 55,585 人（合格率 89.4%）でした。一般問題は 250 点満点ですが、3 問が不適切問題となり、247 点満点のうち、151 点以上（61.1%）が合格となりました。感想としては、「簡単だった」…21%、「難しかった」…79%（10620 票）ということでした。