

つながり

tsunagari

44

2026.3
Spring

生活の質を守る「看護外来」

退院後の安心と

特集



看護師とMA(メディカル・アシスタント)

地域の医療機関のご紹介

当院は、皆さんにとって身近な医療機関と役割分担を図り、地域全体で切れ目のない医療を提供することを目指しています。こちらでは、当院の登録医療機関(かかりつけ医)をご紹介します。

古川きたまち 内科クリニック

〒989-6171
宮城県大崎市古川北町一丁目1番3号
TEL 0229-25-5151



地域の皆さんへ

古川きたまち内科クリニック 院長の須知 太郎です。当院は「地域の皆様が気軽に立ち寄れるホームドクター」を目指し、昨年2月に開院いたしました。「どの診療科にかかればよいか」といったお悩みから、発熱等の急性疾患、生活習慣病から心疾患といった専門的なご病気まで、一人ひとりに寄り添った丁寧な説明を心がけています。予約不要で受診でき、平日はお忙しい方のために土曜午後も診療を行っています。大崎市民病院と連携し、地域医療の一翼を担えるよう尽力して参ります。皆様の健康を守るパートナーとして、末永く宜しくお願いいたします。

診療内容	
一般内科・循環器内科・呼吸器疾患・生活習慣病・睡眠時無呼吸症候群、定期検診	
診療時間	
午前	8:45 ~ 12:00
午後	1:30 ~ 5:30
※土曜日	午前9:00 ~ 12:00 午後1:30 ~ 4:30
休診日	
木曜、日曜、祝日	



みんなのパタ崎さん

patasakisan



今回は病院の検査部門、臨床検査室にある自動免疫染色装置を見せてもらったパタ！

この装置は組織や細胞の中にある特定のたんぱく質を色分けする「免疫染色」が自動でできて、顕微鏡での観察がしやすくなるんだって。病気の種類や性質を詳しく調べる、病理検査で使われているパタ。

ほかにも、薬が効いているかなど、治療方針の決定に役立つ検査にも対応しているパタ。患者さん一人ひとりに合った治療のために、重要な役割を果たしている装置パタ！

#大崎市民病院 #臨床検査室 #病理検査



退院後の安心と 生活の質を守る「看護外来」



心不全やがん、慢性病などの疾患は、長期にわたっての治療やケアを必要とすることが多くあります。入院し治療を終えた患者さんがご自宅や施設に戻った後も安心して日常生活をお送りいただけるように、大崎市民病院では、専門的な知識と技術を持った看護師が治療中の患者さんや家族からの相談・指導・ケアを行う「看護外来」を設けています。今回は4つの看護外来のうち、「リンパ浮腫外来」「心不全外来」「フットケア外来」の3つの看護外来をご紹介します。

「看護外来」とは？

手術や慢性病の悪化などで入院した患者さんも、治療を受けたり、適切な食事指導やリハビリテーションなどを受けたりして症状が落ち着くと、退院を迎えることとなります。ただ、疾患によっては退院後再び症状が悪化し、再入院に至ることがあります。

それを防ぐためには、入院中から退院後に備え、患者さんの状態や退院後の生活スタイルを踏まえた準備が必要になります。患者

さんから症状や悩みごとを直接

伺いながら、医師やリハビリテーションスタッフ、管理栄養士、地域のケアマネジャーなどと情報を共有し、退院後も「その人らしい生活」を続けられるように支援するのが「看護外来」です。

大崎市民病院の 看護外来は4ジャンル

大崎市民病院には、「リンパ浮腫外来」「心不全外来」「フットケア外来」「ストーマケア外来」の4

リンパ浮腫ふしゅ外来

「リンパ浮腫外来」とは？

「リンパ浮腫」は、体内を流れるリンパ液の流れが滞ることによって体内の老廃物が溜まってしまい、腕や脚などがむくむ症状です。乳がん、子宮がん(子宮頸がん・子宮体がん)、前立腺がんなどの手術でリンパ節を取り除いたり、放射線治療でリンパ節が傷ついたりすることなどによって、リンパの流れが滞ることがあります。

リンパ浮腫外来では、当院にて手術を行いリンパ浮腫を発症した患者さんとそのご家族を対象に、患者さんへのケアや予防指導など、日常生活でむくみ(浮腫)とつまづくき合っ

ケアの内容は？

皮膚の保湿・保清・状態の観察といったスキンケアや、ドレナージ(皮下に溜まったリンパ液を排出

すること)、運動療法などを行います。皮膚の状態の改善や、ドレナージなどでリンパの流れを促進することによって、症状の軽減と合併症の予防をしています。また、腕につける弾性スリーブやグローブ、脚につける弾性ストッキングを使用した圧迫療法も行って、リンパ液が体内に溜まるのを防ぎます。

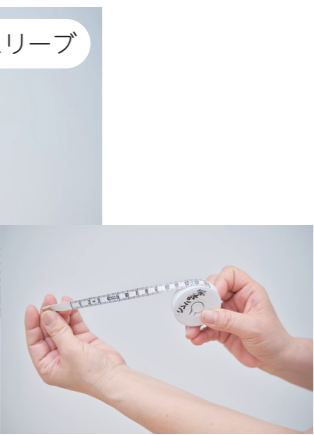
リンパ浮腫は どんな影響があるの？

利き手にむくみがある場合、仕

事や家事などの日常動作に支障が出たり、服装に制限が出たりすることがあります。仕事などで手袋を使う方からは「片手だけ着けられず困った」という話も聞きます。脚にむくみがある場合は、靴が履きづらくなるなど、行動に制限が出てしまいます。特に長靴を使う時期は大きな負担となります。

注意すべき点は？

リンパの流れを促進することで症状が軽減できますが、間違ったドレナージなどは逆に悪化してしまふ可能性があります。例えば、患者やその家族が腕をドレナージする際に「指から肩にかけて」が正しいやり方ですが、逆方向にマッサージすると悪影響があります。また、鍼はりやお灸の治療は皮膚のすぐ下のリンパ管を傷つけてしまう可能性ががあります。日常生活でありがちですが、重い荷物を長時間持ち続けたり、正座や長時間座ったままの姿勢でいたりすることも、むくみのある腕や脚の負担になるので避ける必要があります。



弾性スリーブ

腕や脚の太さを測って、むくみ(浮腫)の程度を確認します

対応を心がけています。

一人ひとりに寄り添った 「看護外来」

対象となるいずれの症状も、効果をあげるためには、早期発見と早期治療が大切です。ただ患者さんにとっては、原因となる病気を受け止めたり、治療の準備で精神的な負担が大きく、先の症状について考える余裕がありません。看護外来では、そのあたりも考慮し、安心して治療に臨んでいただけるように、患者さんの体調や気持ちに沿った

心不全外来

「心不全外来」とは？

心不全とは、心臓の機能がだんだん悪くなって、息切れやむくみが起こり、命を縮める病気です。心不全外来は、心不全で退院した患者さんやそのご家族に対して、症状の早期発見、心理的サポート、日常生活指導を多職種で行う外来です。

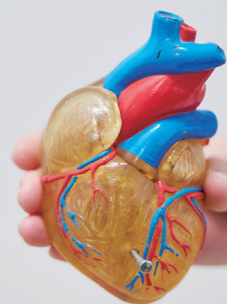


フットケア外来

「フットケア外来」とは？

対象となる患者さんのほとんどは、糖尿病の患者さんです。糖尿病になると、末梢神経障害や、動脈硬化による血流の悪化といった合併症が現れます。足先が痺れたり、冷たく感じたり、痛みを感じにくくなったりすることから、怪我をしても気づかない場合があります。細菌などの感染への抵抗力も低下してしまうため、重症化して切断に至る可能性もあります。

フットケア外来では、爪切りをしたり足の状態と一緒に観察したりといったフットケアを通して、足の状態の悪化を早期に発見し治療につなげていきます。実際、足の状態を見ていくと、合併症のサインが出ている場合もあります。



ケアの内容は？

心不全の原因は高血圧・心筋梗塞・弁膜症などの関連疾患と、塩分や水分の摂りすぎ、薬の飲み忘れなど日頃の生活習慣が大きく関わります。再入院を予防するため、心不全療養指導士が血圧・体重・食事(塩分・水分)・服薬管理の指導を行います。1回30分の個別面談を通して、日常生活の困りごとや不安を和らげ、初期の段階で

す。まさに「足は全身を映す鏡」と言えます。

ケアの内容は？

フットケア外来では、足の状態を観察しながら、まずは足浴で足全体から爪の隙間まで清潔な状態にし、適切な形に爪切りします。必要があれば保湿やマッサージなども行います。水虫などで治療が必要な場合には皮膚科医師と連携して薬を処方したり、糖尿病予防の観点から管理栄養士と



症状の悪化に気づくため、心不全ノートを使ってサポートを行っています。

頑張りすぎにも要注意

心不全は前述の通り、塩分や水分の摂りすぎ、薬の飲み忘れなどで症状は悪化しますが、実は「頑張りすぎ」も心不全の患者さんにとってはよくありません。心臓にかかる負担を「心負荷」と言い、大きな心負荷は心不全の悪化につながってしまいます。例えば

ば、退院して自宅に戻り、動かないわけにはいかないと家事を頑張りすぎることで、心臓に負担がかかってしまいます。また、米どころ大崎という地域性もあり、特に春先など農家の方は農作業を頑張ってしまう、その後「具合が悪い」と入院してしまうケースもあります。患者さんにとって、どこからが「頑張りすぎ」なのか、患者さんやご家族と話し合いながら、多職種チームで働き方の工夫やサービスの導入を一緒に考えています。



心不全ノートには、心不全の病気や治療、生活上必要な工夫に関することが記載してあります。

連携して食事指導につないだりします。

また、患者さんや家族に爪切り・やすりの使い方や巻き爪にならない切り方のコツ、指と指の間の洗い方などの指導もしています。最終的にはセルフケアできるようにというのがひとつの目標です。

セルフケアと合わせて、普段履く「靴選び」にも注意が必要です。大きすぎたり、小さすぎたりすると足に胼胝(たこ)ができたり、足が変形したり、靴擦れが起きたり、巻き爪が改善しないということもあるので、患者さんに合った靴かどうかを確認しながら、必要であれば靴の中敷の相談なども行なっています。

注意すべき点は？

糖尿病の患者さんは網膜症を併発して視力が低下していることも多いので、足の変化や問題を

見つけることが難しくなっています。多い症状としては、深爪や巻き爪、そして水虫の放置です。目が見えにくい状態で足の爪を適切に切ることは難しく、深爪になったり、巻き爪になって歩行が妨げられたりします。巻き爪は歩かなくなるとさらに深くなり、悪循環を繰り返します。水虫も放置すると、化膿や爪が厚くなって爪切りでは切れない状態になってしまふことがあります。適切なフットケアを続けることは、このような足の状態の変化に気づいたり、悪化を防いだりして、健康な足を守るにつながります。



院内認定看護師が活躍しています！

当院には、専門分野の育成プログラムを受講し、認定審査に合格した看護師を「院内認定看護師」とする制度があり、各専門分野において必要な知識・技術・態度を備えた看護師を育成しています。「化学療法IVナース」「ストーマケアナース」「療養コーディネーターナース」の3つのコースがあり、適切なケアの実践やスタッフの指導などで活躍しています。質の高い看護を提供する「ジェネラリスト・ナース」として、病院からバッジが授与されます。



化学療法IVナース

安全な化学療法(抗がん剤を使用した治療)の静脈穿刺(静脈への点滴や抗がん剤の注射)の知識・技術・態度を習得

ストーマケアナース

ストーマ(人工肛門・人工膀胱)についての知識・技術・態度を習得

療養コーディネーターナース

外来通院中から退院後まで、継続した支援を提供するための知識・技術・態度を習得



おおさき
メディカル
ワーカー

当院は、さまざまな職種のスタッフが皆さんの健康のために医療を提供しています。今回は、看護補助者をご紹介します。

看護補助者になったきっかけ

- 看護師をしている知人からの紹介です。専門的な医療の資格がなくても医療の現場で働くことができることを知りました。看護師や先輩補助者の方に丁寧に教えていただき患者さんと関わることで自分も成長することができています。
- 以前も医療に関わる仕事をしていましたが、患者さんと実際に関わる仕事に就きたいと思い、大崎市民病院の看護補助者募集に応募しました。看護補助者としての役割を学びながら、これまでの自分の経験を活かして働きたいと思っています。

この仕事のやりがい

環境整備、シャワー浴や洗髪等のケアをした際に「ありがとう」と笑顔で感謝のお言葉をいただけたときや、忙しい中でも、看護師と連携を図りながら業務を遂行し、患者様に安心していただくことができるとやりがいを感じます。

看護補助者としての業務内容

患者さんが安全で快適に入院生活を送れるよう、療養生活のケアや環境整備などにあたっています。看護チームの一員として、看護師と協力しながら業務を行っています。



看護補助者

1日の業務の流れ

(8:30～16:30勤務の場合)

- 8:30 出勤
- 8:45 朝の申し送り
- 9:00 清拭・シャワー浴
- 10:00 環境整備
- 11:45 配膳、食事介助
- 13:00 休憩
- 14:00 物品補充、患者搬送(検査など)
- 16:30 業務終了

ストーマケア外来

当院の看護外来のひとつであるストーマケア外来では、院内認定ストーマケアナースが皮膚・排泄ケア認定看護師、外科医師とともに、ストーマ(人工肛門・人工膀胱)を造設した患者さんやその家族がストーマに関するケアや知識を深め、より快適な生活が送れるように支援しています。自宅でのストーマケアに関するトラブルや悩み、不安などに対応します。



ストーマケアとは、装具の交換や皮膚の手入れをして、ストーマの周りを清潔で健康な状態にすることです。適切なケアを続けることによって、皮膚のトラブルやストーマからの漏れを防ぐことができます。

大崎市民病院の
先生をリレー形式で
ご紹介します！

Team "tsunagari"
チーム つながり

Vol. 11

本院は45の診療科があり、現在常勤医師は156人所属しています。第11回は、形成外科の清野広人先生をご紹介します。普段は、皆さんの健康を守るために尽力している先生たちですが、実は意外な一面も…？

せい の ひろと
清野 広人 先生

- 診療科 形成外科
- 主な資格・認定 日本形成外科学会 専門医
日本創傷外科学会 専門医
- 趣味 食べること

風情を感じる
空間です



赴任して10年目になりました。皮膚腫瘍の切除、手の外傷の治療、乳房再建などを行なっています。長火鉢で炙り焼きを楽しんでいます。一酸化炭素が出るので命懸けです。



次回は、皮膚科の三井英俊先生です。