

専門・認定看護師委員会ニュース

NO.9 2016 秋号 静岡赤十字病院

秋風のこころよい季節になりました。専門・認定看護師委員会ニュース、秋号をお届けします。

救急看護認定看護師 池田朋美



はじめまして！

本年度4月より、救命救急センター外来で活動しています。よろしくお願いたします。

認定看護師を目指した理由

救急外来看護に10年携わる中で、各救命コースのインストラクターを行いながら、もっと“人の生”を学び伝えられるようになりたいと思ったことがきっかけです。

前職場（市立静岡病院）での活動

病院内では・・・

院内心停止症例の事後検証、ICLSコース・JMECC（内科救急・ICLS講習会）の立ち上げに携わり、病棟看護師に対するシミュレーション教育、救急外来看護師の院内トリアージの質向上に向けた取り組みを行っていました。

病院外では・・・

企業や地域の小グループに対して応急処置や救命処置、救急病態などの市民教育講座、看護学生や老健における看護職員の学習も担当していました。



静岡赤十字病院での活動の抱負

院内トリアージの再開に向けた勉強会や各種マニュアルの見直しを行っています。急変コースファシリテーターとして、急変回避トレーニングも予定しています。インストラクター活動では院外のおちごちに出発していますので、お声掛け下さい。

Message

救急看護は広く多様な病態への対応は尚のこと、超高齢社会を反映して慢性期や終末期医療も対象となり、プレホスピタルでの活躍も期待されています。課題はまだたくさん。

先任の2名の救急認定看護師・名倉さんと村松さんとともに当院での救急外来の躍進に向けて、微力ながら頑張っていきたいと思っております。

不妊症認定看護師 澤野さおり

意外と知らない“不妊”のこと、あなたはですか？

「不妊」とは

健康なカップルが定期的に避妊せずセックスを続けていても、1年経っても妊娠に至らない状態のこと。通常は、1年で約80%、2年で約90%のカップルが妊娠するといわれています。

日本で不妊に悩む人は増えています

不妊症に悩むカップルは6組に1組、不妊治療を受けている人は50万人と推測されます。結婚年齢の上昇や子宮内膜症などの病気の影響、ストレスなどによるED（勃起障害）やセックスストレスなど、さまざまな問題が影響しています。

不妊症チェック

毎日の生活習慣などに、妊娠しにくくなる要因があるかもしれません。
以下のことが気になる場合は、医療機関などで相談してみましょう。

<男性>

- ① 子どもの頃、耳下腺炎（おたふくかぜ）などで高熱を出したことがある
- ② 陰嚢に触れると、精巣（睪丸）が小さい、あるいは片方（1個）しかないようだ
- ③ ヘルニアや停留精巣（睪丸）の手術を受けたことがある
- ④ スリムジーンズやブリーフなど、いつも下半身にぴったりした衣服・下着を着けている
- ⑤ ノートブックパソコンをいつも太ももの上に置いて使用する
- ⑥ 性感染症（クラミジア、淋病、梅毒など）にかかったことがある
- ⑦ 陰嚢から精巣（睪丸）に触れると、痛みがある、または熱っぽい
- ⑧ 喫煙の習慣がある
- ⑨ 異性に対して性的な関心（性欲）を感じない
- ⑩ 健康診断で高脂血症、高血圧や糖尿、その他の異常を指摘された

<女性>

- ① 年齢35歳以上で、妊娠の経験がない
- ② 体重が標準体重（BMI*注1）の範囲以上（肥満）、あるいは範囲以下（やせ）である
- ③ ダイエットなどにより、急激にやせたことがある
- ④ 人間関係や仕事の精神的ストレスで体調が悪くなることもある
- ⑤ 月経周期（間隔）が不規則で、3カ月以上月経がないことがある
- ⑥ 基礎体温をはかっても、はっきりした高温相がないか、あっても7日間以下である
- ⑦ 経血の量が多い、あるいは少なくなったと感ずることがある。または月経痛が以前より重く感じる
- ⑧ 性感染症（クラミジア、淋病、梅毒など）にかかったことがある
- ⑨ 下腹部の手術（虫垂炎、卵巣嚢腫、子宮筋腫など）を受けたことがある
- ⑩ 糖尿病、肝臓、腎臓、内分泌などの慢性疾患の持病がある。または既往歴がある

編集後記

3-8病棟の開床にあたり、専門・認定看護師がお力になれることがありましたら、是非、ご活用ください。

がん看護専門看護師 / がん化学療法看護認定看護師 浅場 香

