



看護を取りまく最近の動向

記念病院 総看護師長代行 浜砂しのぶ



あけましておめでとうございます。皆様方にとりまして、より良い1年となりますよう心よりお祈りいたします。さて、ご存じの方は少ないかもしれませんが、2009年7月、「保健師助産師看護師法」「看護師等人材確保法」の改定がありました。昭和26年以来となる教育改定です。今回の法改定の主なポイントは3つあります。まず1つ目は、看護師の国家試験の受験資格です。第一号に文部科学大臣の指定した学校として、大学・短期大学・高等学校および当該高等学校の専攻科（5年一貫）となっていたものが、1番目に4年制大学を卒業した者と単独で明記されたことです。将来は、看護職が高校卒業後に、4年制の課程をもつ大学を卒業するレベルが標準になることの期待と希望が表れています。2つ目は、保健師・助産師国家試験の受験資格について、文部科学省の指定した学校における修業年限を6月以上から1年以上に延長することです。3つ目が、看護職の卒後研修が努力義務化されたことです。今回の法改定において新たに、看護職本人の責務として、卒後の臨床研修その他の研修の受講に努めることが規定されました。さらに、病院などの開設者にも研修実施と、看護職の受講機会の確保への配慮に努める義務を課せられました。国自身の義務ともなりましたので、新人看護師研修に関しては国家予算が付くようになります。

今回の法改正の背景には、少子高齢化や疾病構造の変化、医療の高度化と複雑化、チーム医療の推進など、看護・医療を取り巻く環境の変化により、看護職に求められる能力・需要が増大していることがあります。一方で、看護職になるための教育年限は60年近く変化がなく、ゆとり教育の影響もあり、教育科目数は増えつつ、教育・実習時間は削減の一途をたどり、教育時間が圧倒的に不足となっています。その結果、臨床現場が期待する実践能力と新人看護師の臨床実践能力のギャップが大きくなり、医療安全の観点からも自信が持てなくなり、卒業後1年以内に病院を辞めてしまう新人看護師が年間約4,500人になってしまいました。保健師や助産師においては、活動内容が複雑化・多様化しており、さらに自律的に活動することが求められています。このような時代・社会の要請に対応した資質の高い看護職を養成す

るためには、基礎教育の年限延長、教育内容の充実、新人看護職の臨床研修の制度化など教育制度の改革が求められます。このような状況を受け、この度の法改正が実現しました。当院は職員の教育のための環境や支援は、比較的整っていると思います。今後はさらに内容の充実を図りたいと思っています。

今、看護部で取り組んでいることをもう一つご紹介します。平成20年日本看護協会が実施した「時間外勤務、夜勤・交代制勤務等緊急事態調査」の結果、看護職の労働時間の問題が、医療安全の観点を含め、さまざまな角度から明らかになりました。この調査結果を踏まえ、日本看護協会では、過労死を二度と繰り返さないこと、安全で質の高い看護の提供を目指して、病院・施設を挙げて取り組む「ナースのかえる・プロジェクト」を推進しています。これをうけて当院の看護部では、「潤和ナースのかえる・プロジェクト」を立ち上げました。師長・主任の合同メンバーによる「安全な医療環境にかえる」、[納得のいく質の高い看護にかえる]、[職員の健康や安全を守る職場にかえる]の各グループで問題点を解決すべく、活動を始めました。「超過勤務（時間）を長くしないで、勤務時間内に業務を終え帰る。そして、次の日の仕事に備える。こころにゆとりと誇りをもって、納得のいく、安全な看護ができる。患者さんは気持ちよく、安心して療養ができる」そのような病院を目指したいと思っています。日本看護協会が発行している『看護職のワーク・ライフ・バランス推進ハンドブック』にはつぎのような文章が載せられています。「もし、幸せじゃない看護職が看護をしたら、患者さんは不幸、病院は不況。」

地域住民が安心して医療を受けられ、地域の方から信頼される病院となるためには、看護職に限らず、医師も他の医療技術者も、事務職員も全ての職員にとって働きやすい職場環境づくりが病院で取り組む大きな課題の一つであると思います。医療は、患者さんと医療者との協働で成り立ちます。患者さんやご家族にもご協力をいただきながら、私たち職員一人ひとりが資質を上げ、皆様のご期待にそえる医療が提供できるよう日々努力していきたいと思っています。

放射線治療とは？

放射線治療科
宮本 浩仁

はじめに

平成20年4月より当院でも放射線治療が開始されました。放射線治療は、手術による外科療法、抗癌剤による化学療法と並ぶがん治療の3本柱のひとつです。細胞分裂を止めることにより腫瘍を縮小させる治療法で、手術により身体の形や機能が損なわれるような場合でも、切らずにがんを治療することが可能です（頭頸部腫瘍や子宮頸癌や前立腺がんなど）。身体への負担も少ないので御高齢の方、合併症があって手術を受けられない方でも安全に治療することが可能です。

どのような治療なのか？

放射線療法のうち一番多く行われる外照射は、通常2週から7週間程度、土日、祝日を除いて毎日行います。腫瘍細胞と正常組織との放射線感受性の違い（腫瘍細胞と正常組織との放射線障害からの回復の違い）を利用しているため、一日一回毎日行うのが一般的です。そのため、疾患や病変の存在部位により照射回数は異なります。一般に直線加速器（リニアック）から発生する高エネルギーX線や電子線を用いて治療します。最近では直線加速器の性能が良くなったため、病巣を多方向から正確に照射できるようになり、腫瘍周囲の正常組織への線量を減らすことが可能になってきています。

どのような手順で行われるのか？

①治療計画

放射線治療に先立ち、最適な照射範囲や照射方向を決める治療計画が行われます。まず、CTシミュレータ（当院では診断用CTを用いている）と呼ばれる装置の平らなベッドに実際に照射する体位で寝ていただき、治療のためのCT画像を撮影していただきます。CTシミュレータで撮影されたCT画像では病巣と正常組織の位置関係が三次元的に把握できるので、より精密な治療計画ができます。放射線治療計画装置で重要臓器のコンツェリングを行った後、線量分布を計算し、病巣や正常組織にあたる線量を確認します。病巣への線量が不十分であったり、線量分布が不適切な場合や、重要臓器への線量が許容線量をオーバーしている場合には治療計画を再検討する必要があります。放射線治療医が患者さんを診察し、いろいろな画像検査、血液検査などの情報をもとに患者さんの体力や病気の進み具合に合わせて最もよい治療方法を決めます。

②実際の照射

毎回の放射線の照射は、放射線治療技師が行います。放射線治療技師は放射線治療医によって決定された治療計画に従って、確実に放射線を照射します。放射線治療室に入ったら、放射線技師の指示に従って治療台に寝ていただきます。毎日同じ場所に精密に照射するために特別なマスクや装具を使うこともありますが、痛みは伴いません。実際の照射時間は1～2分間ですが、この間動かないことが大切です。放射線があたっても、痛くも熱くもありません。

放射線治療は手術と同じく体の一部分への局所的な治療ですので、放射線がかかっていない部分への影響はありません。従って、照射する場所が異なれば、臓器の機能が許容される限り何度目であろうと問題なく安全に治療することができます。

化学放射線療法（ケモラジ）とは？

最も頻繁に行われる化学放射線療法につき説明します。抗がん剤には放射線の効果を強める作用（増感作用）があり、一方で全身に広がった微小転移に対しても抗腫瘍効果を発揮します。肺がん、食道がん、頭頸部腫瘍、直腸がんなど様々な癌で化学放射線療法が放射線単独に比べて効果が高いことが多くの臨床試験で証明されています。しかしながら、抗がん剤と放射線治療を併用すると、効果も高いのですが照射中の合併症も強く出ます。このため化学放射線療法は一般に元気で全身状態の良い患者さんに行なわれます。

定位放射線照射とは？

定位放射線照射は治療効果を高めることと腫瘍周辺の正常部位の合併症を低下させることを目的に、小さい範囲に対して大量の放射線を短時間に集中して照射する方法です。正確な位置精度が要求されるので、近年の治療技術と画像診断の進歩により可能となって急速に広まってきました。腫瘍がその治療範囲だけにとどまっていることが重要なので、脳腫瘍、早期肺癌などが対象になります。1980年代後半は、病変の境界が比較的わかりやすく呼吸などによる動きがない脳腫瘍に対して行われ始め、最近では血管奇形や聴神経鞘腫などの良性腫瘍も対象に含められるようになってきました。治療効果は手術に劣らない場合もある上に合併症も少ないので今後の高齢化社会ではますます発展すると思われれます。

終わりに

放射線治療はエックス線や電子線、ガンマ線などの放射線を用いて、病気を安全かつ効果的に治療する方法です。手術が困難な場合や、手術により著しいQOLの低下をもたらす場合、明らかに放射線治療の効果が他の治療法より優っている場合、症状を緩和することにより、QOLの向上が期待できる場合等に適応になります。最近、放射線治療に関する過剰照射事故がいくつか明らかになり、安全性に対する疑問が広がっています。放射線治療に際してはその治療効果や副作用を考慮し十分な検討を重ねて行う必要があります。同時に放射線治療スタッフのレベルアップと職員への放射線治療に対する啓蒙が必要と考えています。

インフルエンザに注意!!

今年もインフルエンザが流行する時期がやってきました。インフルエンザは、普通の風邪よりも症状が重く、合併症を併発して、死亡するケースもあります。重症化させないためにも、正しい知識を身につけ、インフルエンザかなと思ったら、すぐに医療機関を受診することが大切です。

これって風邪？それとも、インフルエンザ？

普通の風邪の多くは、のどの痛み、鼻水や咳などの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。発熱も高くないことが多く、重症化することはあまりありません。

一方、インフルエンザは38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。さらに普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻水、咳などの症状も見られます。小児ではまれに急性脳症を、高齢者や免疫力の低下している人では肺炎を併発するなど、重症になることがあります。

インフルエンザはどうやって予防するの？

流行前にワクチンを接種することが予防の基本となりますが、流行後でも予防できる方法があります。

①外出を控える

インフルエンザは、インフルエンザにかかった人の咳やくしゃみなどとともに放出されたウイルスを、のどや鼻から吸い込むことによって感染します。インフルエンザが流行したら、なるべく外出を控え、外出の際にはマスクを着用し、外出後は手洗い・うがいをすることが大切です。

②抵抗力をつける

体力や抵抗力があれば、インフルエンザにはかかりにくいだけでなく、かかっても重症化を防ぐことができます。十分な睡眠と休養、バランスのとれた食事、健康的な生活習慣を心がけましょう。

③適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下して、インフルエンザにかかりやすくなります。また、低温と乾燥は、ウイルスが生存しやすい条件です。適度な室温(20～22℃)と湿度(50～60%)を保つようにしましょう。

インフルエンザにかかってしまったら？

インフルエンザウイルスは、人間の細胞に入り込み、自分と同じウイルスのコピーを、感染した細胞内にたくさん作っていきます。そのコピーされたウイルスが細胞の外に出て他の細胞に入り込み、次々と感染を広げていきます。タミフルなどの「ノイラミニダーゼ阻害薬」というお薬は、インフルエンザウイルスが細胞の外に出るのを防ぐお薬です。そのため、ウイルスが増殖する前である、発症から **48時間以内** に投与する必要があります。インフルエンザを疑ったら、早めに医療機関を受診しましょう。タミフルは5日間服用しますが、最近では、同じノイラミニダーゼ阻害薬で、1回投与するだけで効果が持続する点滴や吸入タイプの新しいお薬も発売されています。他にも、二次的な感染症を防ぐための抗生物質や、高熱を下げるための解熱剤なども一緒に処方されることがあります。医師が患者さん一人ひとりに合ったお薬を処方するので、自分の判断でお薬を飲むことは避け、用法・用量をしっかりと守って飲むようにしてください。不明な点・心配な点があれば、医師または薬剤師に気軽にご相談ください。



みなさんこんにちは！

新任医師の紹介をします



是 枝 麻 子 (これえだ あさこ) 35 才

【担 当 科】脳神経外科

【出 身 大 学】宮崎医科大学

【趣味・特技】動植物と戯れる事

【自己PR】

最近では当直明けの日勤の際、動悸を自覚する事がしばしばあります。しかし、体力の続く限り宮崎市内の血管障害、頭部外傷の救急を診させて頂きますので、何卒宜しくお願い申し上げます。

記念病院 理念 「人間愛」

記念病院 基本方針

1. 患者様の人権と意思を尊重し、患者様の立場に立った医療を提供します。
2. 地域の中核的病院として、専門的且つ高度な医療を実践します。
3. チーム医療を推進し、より良い医療を目指します。
4. 豊かな人間性を兼ね備えた医療人を育成します。
5. 職員が意欲を持って働ける職場環境を作ります。

お と が き

こんにちは。突然ですが、旅行は好きですか？時間とお金に余裕があれば世界各国を旅して、その国の文化に触れてみたいと思いませんか？子育て真っ最中の私には夢のまた夢・・・知人の旅行体験を聞くことが今はひそかな楽しみです。その中で、心惹かれた「旅の話」をひとつ、紹介したいと思います。「わたしの夫はマサイ戦士」という本がきっかけで、ケニアのマサイ族に興味を持ち本の著者である「永松真紀さんに会いたい」とマサイに旅立ったひとりの旅人の話です。旅人は、自然の中で柔軟に生きるマサイの村を訪問し、マサイと共にウォーキングサファリをしたり、彼らと語らい、マサイのシンプルな生き方から多くを学んで帰国されました。旅人はマサイに聞いたそうです。「あなたの幸せはなんですか？」と・・・するとマサイは「朝起きて幸せ、大地に雨が降って幸せ、ご飯が食べれて幸せ、日が沈んで眠りにつくことが幸せ」と答えたそうです。あなたの幸せはなんですか？