



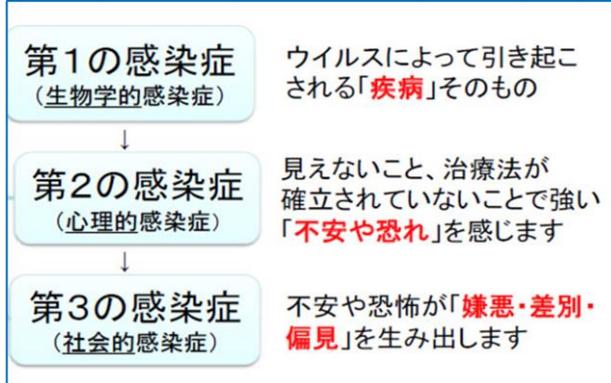
公立陶生病院
看護局通信



★ **新型コロナウイルスによってもたらされる3つの感染症！ 理解し、労る心が大事です。**

未知のウイルスは、人々の不安を駆り立て、ウイルスを連想させるものへの嫌悪・差別・偏見を生み出し、人と人との連帯感や信頼感を破壊します。私たちの誰もがこれら3つの感染症の影響を受けています。このような状況にも関わらず医療者は、社会の偏見に晒されることがしばしばあります。

お互いに“温かい看護の心”“思いやりの心”で支え合い乗り切りましょう！



総務省が2019年に発表した「令和元年度 情報通信白書」によると、世帯におけるスマートフォンの保有割合は79.2%で、個人のインターネット利用率は79.8%だった。広く通信環境が整備されてきたことを実感する。今年度は、新型コロナウイルス対策のStay homeの影響もあり、皆さんもテレビ電話を活用して 両親に話しかけ、祖父母を見舞った方も多かったのではないのでしょうか。おかげでスマホを使いこなす高齢者が増えたそうです。これからの時代、急性期病院でも“テレナーシング”はありですね！退院した患者さんにスマホ訪問し、顔を見ながら病状を聞き、異常の早期発見に努める。また生活で困ったことにも対応する。さらに、テレ定時指導で内服確認などもできそうです！新型コロナは、看護の在り方や未来にも大きな影響を及ぼしそうな気配です。陶生ナースよ、乗り遅れるべからず。時代の先を見据えて進むよ～！（亀島加代）

★ **COVID-19 の対応者特有のストレス反応**

新型コロナウイルスの最前線で対応しているスタッフは、感染に対する恐怖や漠然とした不安を抱えながらも自分の役割を果たすため、使命感と責任感を奮い立たせ、日々、奮闘しています。看護協会の緊急調査結果が届きましたので報告します。当院でも当てはまるものが多くありました。今後は、個人の努力や頑張りではなく、**組織的にストレス要因を取り除く活動が必要です！**対応者のストレス要因とその反応は下記のとおりです。

<<対応者のストレス要因>>

- 未知の感染症に対する知識不足
- 十分なデブリーフィングが受けられない
- 普段と異なる環境
- 不足している装備品
- 同じ活動現場から感染者（疑いも含め）が出た
- 家族に活動について話せず、家族が不安な思いをしいる
- 院内活動を堂々と話すことができない、むしろ隠している
- 手探りの治療方針や看護ケア
- 先行きの見通しが立たない
- 普段とは異なる装備着用での活動、暑さ、動きにくさ
- 二次感染を起こしたら責任を問われる風潮、国民の反応
- スタッフ同士での励まし合いや愚痴り合う機会がない
- 院内の仲間からも誹謗、中傷を受ける
- 連日の報道。あおる報道。
- 刻一刻と変化する状況
- 感染対策の経験不足

ストレス反応

孤立感、見離されたような感覚。さみしくて眠れない

自分が感染したらどうしよう。感染していたらどうしよう。とにかく、不安！

活動中、常に緊張する吐き気がする

身体的・精神的な消耗 疲労感

罪悪感

仕事を辞めたい 逃げ出したい 自分の部署だけが不幸

とにかく食べてしまう イライラする

何かもやもやする 不全感 落ち込む

防護服も環境も組織も信じていることができない。全てに不信を感じる

同僚や家族とコミュニケーションが取れない。安全を考慮して自分の方から遠ざけてしまう

困難な状況で働く職員がこころの健康を維持するために必要な4要素



01

職務遂行基盤（スキル、知識、安全）

職務を安定的にできている感覚が、自己効力感や仕事の意味を支える基盤です。COVID-19対応において、前例のない業務に不安を感じるスタッフが多くいます。安心して働ける環境の整備、職務遂行に必要な知識・技能の補強、情報共有、デブリーフィング、休息、十分な医療材料は不可欠です。

02

個人のセルフケア力

いわゆるストレス・マネジメント能力。ストレスのかかる労働環境でいかに対処できるか。押し寄せる不安をどう受け流すかが重要となります。

03

家族や同僚からのサポート

周囲の人々からサポートが得られるかどうかで、困難な状況で働く職員のその後の精神的健康度は大きく変わります。COVID-19では、密を避ける必要性から同僚や家族から直接的なサポートが得られにくい状況にあります。当該職員を孤立させない配慮が必要です。

04

組織からのサポート

個人のセルフケアや同僚のサポートだけでは限界があり、組織のサポートは極めて重要です。組織は、職員を労り、一人ひとりに感謝と大切にしているメッセージを伝え、メンタルヘルスケアに組織的に取り組むことが必要です。

天使とは、美しい花をまき散らす者ではなく、苦悩する者のために戦う者である
(祝：生誕 200 年) フローレンス・ナイチンガール

— 令和2年9月1日、10月の勤務異動者の発表をしました —
 異動者は19名で内訳は、希望異動=53% お任せ異動=16% 命令異動=31%でした。希望通りの方、突然でびっくりした方、不承不承の方と思いは様々だと思います。異動の理由を教えてくださいとお話した方もいます。最終的には、皆さんご協力をいただきました。ありがとうございます。

そもそも人間は変化を好みません。肉体的には、恒常性を保ち体温が上がったら身体は自然と下げようと反応します。(ホメオスタシス) 脳は新しい情報や刺激を嫌い、いちばん快適なところ(コンフォートゾーン)に居続けたいと司令を出します。心理的には、現状を変えることで、今まで以上に努力を要したり、何かを失ったりする可能性があるのなら変化を避けようとする傾向にあります。(損失の回避性) だから本能的に、毎日の通勤で同じ道を歩き、同じ電車に乗り、同じ場所に立ち寄り。同じ席に座る。なんて行動をとるのです。それが自然であり、それによって日常を安定した状態に保つていくことができます。故に、勤務異動はストレスフルな状況にほか成りません。しかし、看護師の基盤として、また、全身管理・日常生活援助のプロとして、幅広いジェネラルな知識・技術の習得、判断力の強化は必須なのです。勤務異動は看護師としての飛躍のチャンスです。臨床経験は決して裏切りません!! 応援しています。

看護局長 亀島加代

毎月3と9の付く日は、8:20から30~45分間
 全職種で協力し、陶生おもてなし“サンキューデイ活動”をやっています!
 患者サービス委員会



患: 広いから、一人だと困ったわ。
 ありがとうな~



職: ご気分悪くないですか?
 受付機に案内しますね。
 患: 大丈夫。助かったよ。



職: 朝から暑いですね。
 患: いや~、職員さん達もね。
 暑い中、乗り降りを手伝ってもらって感謝だよ。

永年、手術室でコツコツと頑張っている鬼頭恵子さん
 が、令和2年度 愛知県看護功労者表彰を受賞しました!



4名2ペアで、毎月3~5回、一番混雑する時間帯に30分~45分間、来院患者さんへの挨拶 & サービス活動を実施しています!

サービス委員は、黄色と黄緑色のピスを着用して活動しています。
 このピスを見かけたら、是非とも応援メッセージをお願いします!

おめでとうございます。そして、今後ともよろしくお願いします。



【令和2年9月10日】瀬戸聖霊高校から「奮闘する医療従事者の何かの役に立ちたい!」と、心のこもった募金が届きました!



36,564 円

この募金は、3年生の4人の有志で企画し、9月2日~4日の3日間、昼休みに構内で活動したそうです。36,564 円の募金を戴きました。

医療者、陶生病院に心を寄せて、応援していただき感謝の気持ちでいっぱいです。高校生の思いと応援は、我々を奮い立たせる大きな力です! ありがとう!!! (院長)



【令和2年9月1日】 当院の看護師から予備自衛官補(技能)が1名、誕生しました!



杉浦智美さん



予備自衛官補は、防衛招集命令や災害招集命令を受けて、自衛官補として活動します。任務の内容は、自衛官の指示の元で第一線部隊の補佐・後方支援、避難住民の救護・誘導などの災害救助活動にあたります。資格は、応募申請書類審査に合格後、2年間で10日間の体育訓練、射撃予習、実射撃検定、特殊武器防護、救急法などを受け、滞りなく終了した場合のみ、『修了証』を得ることが出来ます。

【令和2年9月9日】通院患者さんからお誕生日カードのお礼として、手作り人形の寄贈を受けました。



毎月、陶生病院でお世話になっています。外来の看護師さんは、日頃から親切で病気のことも、生活のことも相談にのってくれます。とても頼りにしています。今回、忙しいにも関わらず、お誕生日カードを贈ってくれました。心から感動しました。本当に嬉しかったです。また、病気と付き合い合っていこうと前を向きました。(by Pt)

ちょっと良いなと思った“言葉”
::: マザーテレサ

思考に気をつけなさい

それはいつか言葉になるから

言葉に気をつけなさい

それはいつか行動になるから

行動に気をつけなさい

それはいつか習慣になるから

習慣に気をつけなさい

それはいつか性格になるから

性格に気をつけなさい

それはいつか運命になるから