



ナイチンゲールの世界

新型コロナウイルス感染症対策 ～感染しない、感染させないために一人ひとりができること～

新型コロナウイルスによる感染拡大は、まだまだ予断を許さない状況が続いています。緊張感続く現場で奮闘している看護職の多くは、身も心も疲弊していると・・・

同じ医療者として、私たち一人ひとりができることを考えて生活することで、感染拡大防止に繋がるのではないのでしょうか。自分や家族、大切な友人、患者、患者家族の命を守るためにも、正しい情報を正しく理解し、活用することが重要となります。また、不安な気持ちを抱えやすい今、心のケアも重要です。

ナイチンゲールは、クリミア戦争で戦う兵士たちの心の問題にも気を配り、様々な方法で傷ついた兵士たちに大きな勇気を与えています。私たちにもできることがあると思います。

まずは、医療者としての自己管理。今できることで気分転換し、心と体を大切に作る時間を作ることが必要です。音楽鑑賞や読書、外に出て深呼吸や散歩など。また、笑顔でいること！笑うことで幸せホルモンであるオキシトシンが分泌され、自己免疫力向上に繋がります。私たちの笑顔は患者さんにとって、心の特効薬だと思います。

感染しない、感染させないために、ひとり一人ができることを行っていきましょう。

種田 美和



ワクチン

ワクチン接種間隔のルールが変更

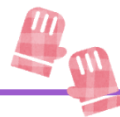
- ①注射生ワクチンから次の注射生ワクチンの接種を受けるまでは27日以上の間隔をおくこと
- ②同じ種類のワクチンの接種を複数回受ける場合はワクチンごとに決められた間隔を守ること
- ③発熱や接種部位の腫脹がないこと、体調が良いことを確認し、かかりつけ医に相談の上、接種を受けること



2020年10月から、上記3つのルールを守れば、次のワクチンの接種を受けるまでの間隔に制限はありません。かかりつけ医に相談の上、接種を受けるようにしてください。

林 美保





「ペンギン歩き」をすれば凍った路面でも転ばない

靴の裏全体を使ってしっかりと地面を踏めば転ぶ可能性がグンと減ります。凍った路面に向かってななめに足をおろすとその方向に滑ってしまうため、路面に対して垂直に靴の裏全体でしっかりと踏みしめることが重要です。また、身体自体の重心は前に置くように心がけましょう。更に歩幅を短くすることでかなり安定して歩くことができるので、凍った路面を歩くときにはぜひお試しください。

細田 さやか



大垣北クリニック

中途採用者紹介

竹内友理 R1.8.1入職

透析の繰り返しでストレスがかかる患者さんの心のケアと、前向きに考えられるような気持ちのサポートができるように頑張ります。



伊藤茜 R2.9.1入職

透析看護に携わって間もないですが、患者さんの支えになれるような看護を提供できたらと思っています。ご指導よろしくお願ひします。



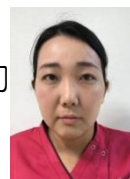
高田千穂 R1.9.16入職

透析の分野は初めてです。先輩方に指導して頂きながら今後も頑張っていきたいと思ひますので、よろしくお願ひします。



松永育美 R2.12.16入職

透析は初めてですが、ひとつずつ学んでいきます。丁寧な看護を大切にしていきたいです。よろしくお願ひします。



在宅部

林美和子 R2.8.1入職

訪問看護は初めてですが、これまでの経験を活かして、利用者様の1人1人に寄り添う看護をしていきたいです。よろしくおねがひいたします。



編集後記



新型コロナウイルスによる感染拡大によってプライベートの自粛を余儀なくされているなか、我々の職場においても数々の制限と共に業務等日々改善をし続けています。今、皆さんが行っていることは、看護部のみでなく大誠会全職員が一致団結し業務を行うことによって、患者さん並びにスタッフ、スタッフ家族の安全、安心のために必要なことであり、世界中の医療従事者がわたしたちと同じ気持ちで業務についていることと思ひます。今回、ご紹介しました仲間とともにさらにみんなでがんばっていったらなと思ひます！透析が初めて、あるいは訪問看護が初めてと、皆さん初めてのことが多いと思ひます。これからも一緒に歩んでいきましょう！

児玉 君子