



公益社団法人
東京都看護協会
TOKYO NURSING ASSOCIATION



わくわく☆ドキドキ
これから始まる
あなたの看護story



看護しくいきよう

新人看護職特集

直撃インタビュー!

先輩たちの
お仕事の現場

知りたいこと
5Q&A

みんな
集まれ!

注目! 春のお役立ち得イベント

マナビバ

東京都看護協会をろう!キャンペーン

病院のお仕事

公益財団法人日本心臓血管研究振興会附属
榊原記念病院

保健所・保健センターのお仕事

新宿区保健所
新宿区落合保健センター

訪問看護ステーションのお仕事

ウィル訪問看護ステーション江戸川

医療・看護を
支えるアイテム

SpO₂? サチュレーション?
知っておきたい
パルスオキシメータのこと
(日本光電工業株式会社)

白衣で支える
企業として支える
(ナガイレーベン株式会社)

2022. MAR

vol.1



病院のお仕事

榊原記念病院は循環器領域を専門に、高度先進医療によって治療・検診・診療をおこなう施設です。ICU(集中治療室)では、新生児から100歳代の高齢者まで、心臓血管手術後の集中ケアを提供し、患者さんの早期離床をめざします。患者さんの年齢や疾患によってケア方法も異なるので、段階的に幅広い看護が求められます。そのため、医師、看護師、臨床工学技士、理学療法士などのプロフェッショナルリズムに徹したチーム医療が欠かせません。



公益財団法人 日本心臓血管研究振興会附属
榊原記念病院
東京都府中市朝日町 3-16-1
https://www.hp.heart.or.jp/



手術直後に具合が悪かった患者さんが ICUから一般病棟に向かう時、 心がふっと軽くなります



新人看護師
浅見純平さん

榊原記念病院 ICU(集中治療室)



冠動脈の模型。
院内で手作りします

先輩方はいつも
指導が的確。
落ち込んでしまった時の
フォローは身にしみます

どんな時にやりがいを感じる?

▶1日単位では、肺がうっ血していたり、無気肺が形成されたりしていた患者さんが、体位交換やドレナージによって少しでもレントゲン画像がよくなった時。

▶手術直後に寝たきりだった患者さんが、食事や歩行ができるようになって快方に向かい、ICUから一般病棟に移る時。

Profile

入職1年目。心疾患でケアが必要な家族のため、自ら力になりたい思いから看護師をめざす。3年制の看護学校で学び卒業後、榊原記念病院に入職。第一希望だったICUに配属。

リーダーの思い

これから一緒に頑張ろう
ICUでは、看護学校で学んだ以上のことに遭遇します。一番頑張っているのは、大きな手術を乗り越えてICUに戻ってきた患者さんたち。自らの看護で回復する姿を見届けられることや、患者さんやご家族と信頼関係を築けることにやりがいを感じます。壁にぶつかるとも多いICUの看護師。今後も「新人たちの患者さんを思う気持ち」を大切に、サポートしていきます。

② 焦らずに落ち着いて

手術後、患者さんがICUに戻ってくる時は緊張もピークに。血圧を測る、呼吸や胸の音を聞く、瞳孔を見るなど観察項目も多く、焦りから抜け落ちてしまうことも。同時に、医師・麻酔科の先生、臨床工学技士など大勢に囲まれて多くの指示が飛び交うため、混乱状態に。平常心を失わずにいたい。

③ 失敗を次につなげる

失敗や注意されたことで落ち込んでしまうことも度々。そんな時、「やってしまったことはよくなかったけれど、君自身が責められている訳ではないよ」という先輩のアドバイスから前向きな気持ちに。「自分自身」と「自分がやったこと」を切り離して考え、今後に活かしていきたい。

2年目に向けて Advice

患者さんの病態、機器類のこと、ICUでの看護やリハビリについてなど。日々学ぶことは新人看護師としてのベース。今後、少しずつ自立を求められても、「自立=すべて1人でやる」ということではない。これからは困った時こそ報告、相談を忘れずに。コミュニケーションをとれるようになることが次のステップにつながる。そして、周りにも目を向けてサポートができるような視野を持って。

実地指導者リーダー 久保田美幸さん



厳しい指導もステップアップの糧だと思つて、いまは辛くても、きつと乗り切れる!

わたしたちのICUをご紹介します

現在16床のベッドがあり、52人の看護師(うち8名が新人看護師。2022年1月現在)で患者さんのケアをしています。



ICUの看護師に必要な心構えは?

① 広い視野で物事を見る
看護師には、目の前の患者さんが急変する前に気づき、防ぐ「察知能力」が必要。そして、チームで動く以上、スタンドプレーではなく協力が不可欠。担当の患者さんだけでなく、ICUの中で何が起きているのか、ほかのメンバーの動きにも目を向けて。

② 多分野の学習を

基本は心臓外科の術後のケアがメインの仕事。しかし、高齢化に伴い、合併症や高血圧・糖尿病・高脂血症から腎臓の悪い方まで、さまざまな基礎疾患を持つ患者さんが増加。こういった分野の知識もぜひ身につけて。

新人看護師の研修で力を入れていることは?

院内計画に合わせ、新人たちの声を聴きながらICU独自の年間計画を作成。1年目は先輩の助言のもとで指導を受けることが基本。ICUでは、心臓の弁を「1つだけ治す手術」から「複数箇所を治す手術」まで術式もさまざまで、重症度もアップ。2年目以降に向けて、その1つ1つを段階的に学べるよう計画。また、入職したらまず情報交換をしながら励まし合って欲しいという思いがあり、新型コロナウイルスの感染拡大の中でも、十分な感染対策をしながら全員が集まれる企画作りに力を入れている。

スタッフにとっても安心・安全・安楽な職場に

1年目の看護師は経験も浅く、辛く感じることも多いかもしれませんが、そんな新人たちの不安を解消し、皆で切磋琢磨しながら楽しく頑張っていける環境を作りたいです。今後のステップアップに向けて、看護部長や教育担当のリーダーたちとも相談し、看護師として歩み始めた「最初の段階」を大切に育てていきます。

師長の思い

看護部長の目

看護部全体の教育の特徴とは?

実臨床に合っているか、個人のキャリアアップに合っているか、の視点から研修教育プログラムを作り、現場で育成してもらっている。具体的には、日本看護協会のクリニカルラダーに合わせて、1年目のレベルIから6年以上のレベルVまで目標を設定。新人の方には、ナースになった「最初の思い」を忘れずに学んで欲しい。そして、新しい人を迎える自分も成長し続けて。

副院長・主任看護部長
池亀俊美さん



新人看護師に伝授したい3つの心得

- Step 1** まずは自分自身を大事に
「今日は雪が降っていますね」「桜が満開ですよ」。日本ならではの四季を感じられる人になって、患者さんとも共有を。そのために日ごろから自分を大事にして、休める時はしっかり休み、時にはゆっくり歩むことも忘れずに。自分の心身を大切にできないと、患者さんをケアするのは難しい。
- Step 2** 自分にとって大切な人を大事に
身近な家族や友達など、周りの人を大切に思う気持ちを持って。
- Step 3** “お話”ができる人になって
患者さんのケアを通じて、同僚や先輩、他職種のスタッフとも積極的にコミュニケーションをとり、チームを意識した仕事ができる人。新人であっても1ナースとして見られていることも忘れず、責任を持って仕事に臨んで。

看護部長の思い

患者さんを真摯に受け止め、学んで
当院は急性期病院なので、フィジカルがわからなければ一人前のナースとはいえません。その上で、患者さんからさまざまなことを学んでもらいたいですね。刻一刻と変化する病態や、言葉・しぐさ、視線の先。フィジカルアセスメントができていれば、ベッドのギャッチを上げていいのかがわかります。すると上体を起こすことができ、患者さんの見える世界も変わってきます。また、ベッドで横になっていることが多い患者さんにも「朝」や「夜」を作り、日常を感じられるケアをして欲しいですね。

理学療法士の目

ICUでの理学療法士の役割は?

術後の患者さんの早期離床をめざし、ケアや合併症の対応にあたる。術後の寝たきりの鎮静状態から目を覚まし、全身の状態をみながらリハビリをスタート。術後の経過に合わせ、反応を確認しながらおこなう。一般的なガイドラインに準じるものの、患者さんをよりよい方向にするよう自分で考えながらケアするため、責任を伴うので覚悟も必要。

ICU担当理学療法士
平川功太郎さん



理学療法士の思い

違う職種ならではのコミュニケーションは大事
看護師の先輩・後輩といった関係よりも、他職種という点では年齢に関係なく、より「フラットな部分」を感じます。常に張り詰めた緊張感を強いられる現場なので、先輩看護師には質問しづらいことを僕たちに聞いてくれることも。また、こちらからカルテにはない術前評価で知り得た患者さん像や趣味などを情報として伝えることもあります。新人は1から勉強している最中。知識を得るだけでなく、まず周りに「聞きに行く」姿勢を持ってもらいたいです。