

緩和ケア認定看護師



【緩和ケアとは】

患者さまやそのご家族一人一人の身体や心などの様々なつらさをやわらげ、より豊かな人生を送ることができるよう支えていくケアのことです。

緩和ケアは、がんの治療ができなくなったり始めるものではなく、がんが診断された時から始まります。身体や心などのつらさが大きいくると、体力を消耗することにより、がん治療を続けることが難しくなります。そのため、がんが診断されたときから、「つらさをやわらげる」緩和ケア」を始めることが大切です。また早い段階から緩和ケアを受けた場合、生活の質（QOL）が改善され、予後にも良い影響があるという調査報告もあります。

そして、近年はがん患者さまだけでなく、いつでも、どこでも、だれでも受けられるケアへと広がっています。

【どんな相談にのってもらえますか】

①痛みが強い方の内服の相談 ②痛みにより日常生活に支障きたし始めている方の相談（食事、体位、運動など） ③気持ちの落ち込みがある方の相談 ④在宅療養に関することの相談（患者さまの体の変化に対するかわり方、介護中の相談、ご家族の体の悩みなど）です。



【院内での活動】

緩和ケア認定看護師は、緩和ケアチームのメンバーでもあり、よりよりケアをチームで提供できるよう、患者さまやご家族に関わる多職種をつなぐ架け橋的な役割も行っていきます。医師、薬剤師、心理師、リハビリ、ソーシャルワーカーと共に患者さま、ご家族が安心してこれからのことに対応していくことができるように支えます。お困りのことがありましたらご相談ください。

当院には緩和ケア認定看護師は2名います。

☆小林恵理 活動日 月・金曜日

☆梶原 瞳 活動日 水・木曜日

ご相談が重なった場合は時間調整させていただきます。



専門的な知識と技術で支援いたします

患者様からのご要望に
応えていきます

お近くのスタッフにお声掛けください

Interprofessional Work : 多職種協働実践

山梨厚生病院 IPW推進プロジェクトチーム



小児救急看護認定看護師からの 知って得する情報

こどもの急な発熱！どうしたらいいの？

朝晩冷え込む日が多くなってきました。とくに山梨は寒暖の差が激しく、油断すると体調を崩しそうですね。今回は小児科でよくあるこどもの発熱について取り上げます。こどもは体温調節機能が未熟なため、この時期発熱することが多いです。そんな時どのように対処したらよいか、ワンポイントをお伝えします



① 熱を下げなくて大丈夫？

発熱のために脳神経にダメージを与えることはありません。熱のためにからだがしんどい、飲んだり食べたりできないというときに解熱剤を使って楽になるようなら、時間を空けて使用しましょう。熱冷却シートを太い血管がある脇の下や足の付け根に貼ると、熱のつらさを少しでも軽くしてあげられるでしょう。

② 発熱時は温める？冷やす？

熱の上がりはじめは寒がって身体が震えて、顔色が悪くなることがあります。そのような時は衣類や毛布で身体を包み、温めることが効果的です。その後、寒気がおさまり、身体が熱くなって顔が紅潮してきたときは、氷枕や熱冷却シートで冷やすこともいいでしょう。洋菓子についてくる小さい保冷剤を冷凍庫に常備しておくとすぐに使えます。お風呂は熱が上がりきって寒気がなく、元気があれば、サッと汚れを落とす程度に入るとよいです。



③ 熱があるときはどんなものが食べやすい？

発熱時は汗をかいたり、呼吸数が増えたりして身体の水分量が減るので、水分補給が大事です。麦茶やイオン飲料、野菜スープなどを少しずつに分けて飲むと効果的です。食べ物としては、のどごしが良く、消化の良い豆腐やプリン、柔らかく煮たうどんなどが食べやすいですね。

発熱や下痢・おう吐による脱水時水分補給

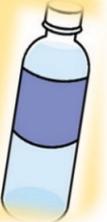
☆ 経口補水液の紹介 (OS-1やアクアソリタ)
急な下痢やおう吐があり、数回続くときに
少しずつ飲むことで脱水を防ぐことができます。

<飲ませ方>

ティースプーン1杯、ペットボトルのキャップ1杯 (5mL) を5分おきに飲みます。
おう吐がおさまってきたら、飲む間隔を少しずつ縮めていきます。(3分→2分→1分)
1日あたり・・・幼児で300mL～600mL/日
乳児で体重1kgあたり30～50mL/日
(8kgの子どものみで1日320mL程度)

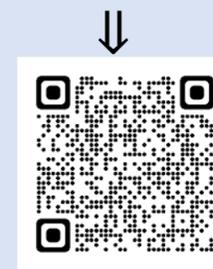
自宅でも作れる経口補水液

- 水 1000mL
- 砂糖 40g
- 塩 3g
(レモン汁 お好みで)



お役立ちサイト

山梨県ホームページ
(こども救急ガイドブック)



エリエール (GOO.N) ホームページ
(赤ちゃんの「発熱」基礎知識と対処法)



* 何かご心配なことがあれば当院小児科にご相談ください。
小児科担当看護師：高橋篤美