

## 感染制御実践看護師

(Professional Nurse for Infection Prevention and Control /PNIPC)



感染対策チーム  
院内ラウンド



抗菌薬適正使用支援チーム

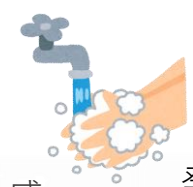


専門的な知識と技術で支援いたします

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



【どんな質問にのってもらえますか】  
感染管理に関するすべての相談を受け付けています。  
\* 家族がノロウイルス・新型コロナウイルス診断された時の家庭内の感染対策。  
\* 胃瘻増設や、気管切開を行っている患者様の自宅での感染対策など。  
どんなことでもお気軽に感染管理対策室までお声がけ下さい。

【病院の感染制御の仕事】  
患者様やそのご家族、病院を訪れるすべての利用者と医療従事者を「感染から守る」ことを目的として活動しています。当院を訪れる人が安心して利用することが出来るように、感染対策の実施状況の確認や、職員への教育・啓発活動などを行っています。

### 【院内外での活動】

- 医療関連サーベイランス：入院患者様の感染症の状況把握
- ファシリティマネジメント：安全で清潔な療養環境の管理
- 職業感染予防：就業時の感染予防や針刺し事故の対応など
- 教育：職員全体研修、新人・看護補助者研修、看護部感染研修など
- 相談：院内の感染対策に関するあらゆる相談に対応
- ラウンド：感染対策チームによる環境ラウンド・抗菌薬適正使用への介入
- 連携：
  - 峡東地域：峡東保健所・東山梨医師会・笛吹市医師会・連携病院・連携クリニックとの情報共有、意見交換
  - 県内：新興感染症想定訓練参加・県内感染管理認定看護師等との情報共有、意見交換

# 皮膚・排泄ケア特定認定看護師からの 知って得する情報



ご不明な点は  
お気軽にお尋ね下さい。

皮膚・排泄ケア特定認定看護師  
手塚奈緒美

## 以外と知らない「理想のうんち」！！

うんちは「**腸からのお便り**」です。うんちの**形や匂い**を観察することで、腸内細菌のバランスがわかるので、「**うんちは健康のパロメーター**」と言われています。

### 正常な排便とは？

- 形 ブリストル便性状スケール3~5
- 量 100~200g
- 色 黄色から茶褐色
- 臭い キツイ悪臭はない
- その他 便意にあわせ、軽いきみで痛み無く、スムーズに出る

非常に遅い (約100時間)	1 コロコロ便	硬くてコロコロした便	便秘 ・きちんと水分を取る ・お腹をマッサージしてみる
消化管の 通過時間	2 硬い便	塊がいくつもくっついている便	
	3 やや硬い便	バナナ状だが、表面がひび割れてやや硬い便	理想の便！
	4 普通便	なめらかでバナナ状でやわらかい便	
	5 やわらかい便	形はあるがやわらかい便	
	6 混状便	ふわふわして泥の様に形がない便	下痢 ・お腹を冷やさないようにする ・お酒を飲みすぎないようにする
非常に早い (約10時間)	7 水様便	固形物がない水の様な便	

## うんちの中身を「食べかす」だと思いませんか？

便の中身は食べかすだけではない



水分	約80%
食べかす	約6~7%
剥がれた腸の粘膜	約6~7%
生きた腸内細菌	約6~7%

**食物繊維（不溶性性・水溶性食物繊維）**を意識した食事をする

不溶性・水溶性食物繊維が多いもの			
不溶性食物繊維 を多く含むもの	キノコ類 ・きのこ類など	豆類 ・大豆など	野菜 ・ブロッコリー ・キャベツなど
水溶性食物繊維 を多く含むもの	海藻類 ・わかめ ・わかるとんなど	大麦	熟した果物 ・りんご ・桃など

便の力  
を増す

腸内環境を  
整えて  
便通を促す

手軽に摂れる  
食物繊維！！



売店で  
販売して  
います

ヨーグルトやチーズなどの**乳酸菌食品**や  
味噌や漬物などの**発酵食品**に多く含まれる。

