

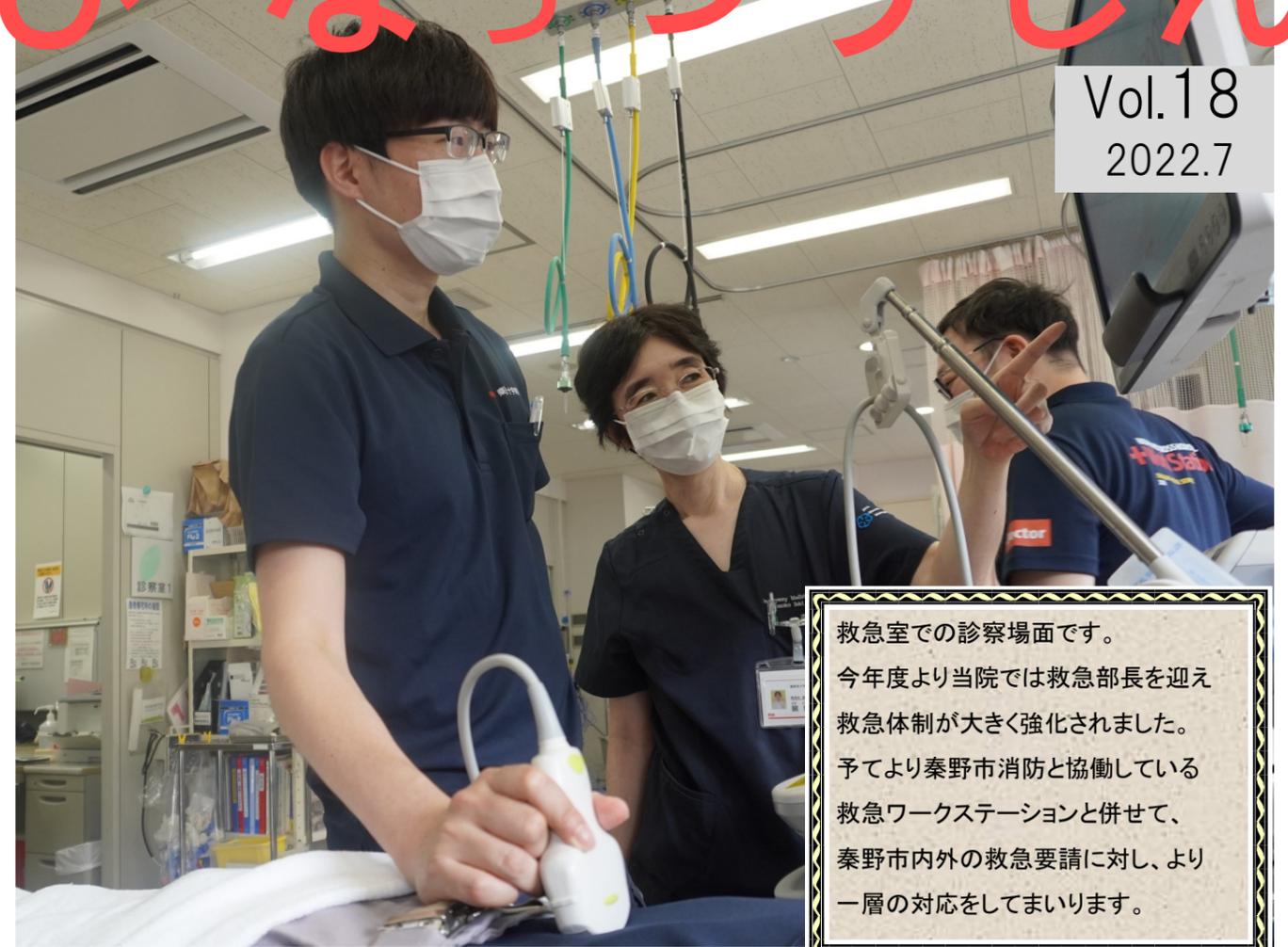
前向きにがん治療を続けるための外見ケア

がん化学療法看護認定看護師



ピーなっつうしん

Vol.18
2022.7



救急室での診察場面です。
今年度より当院では救急部長を迎え救急体制が大きく強化されました。予てより秦野市消防と協働している救急ワークステーションと併せて、秦野市内外の救急要請に対し、より一層の対応をしております。

知っておきたい医療の知識 「救急車を呼ぶ時とポイント」

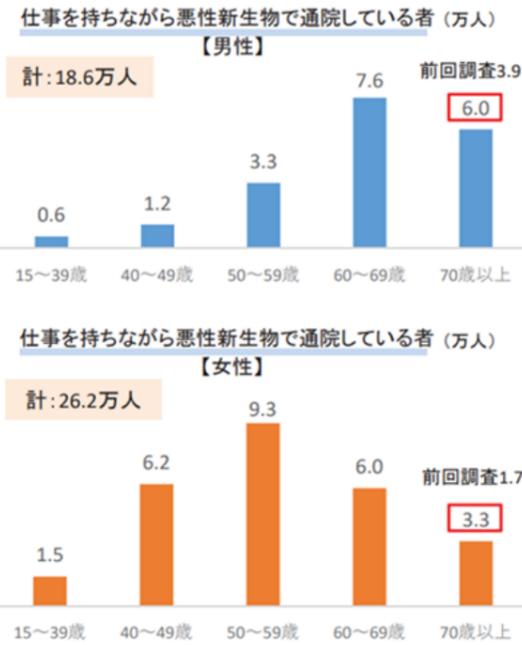
認定看護師から学ぶ 「前向きにがん治療を続けるための外見ケア」

秦野市の特産品「ピーナッツ」の花言葉は、「仲良し・楽しみ」。生活に役立つ情報や当院の魅力などを提供し、地域の皆さんと病院とのコミュニケーションツールになる広報誌を目指します。

QRコードを読み取ると、当院ホームページへアクセスでき、最新のお知らせをご確認いただけます。



赤十字の歴史や日本赤十字社の所蔵資料を紹介する新ウェブサイト「赤十字WEBミュージアム」をオープンいたしました。赤十字創設以来の「救いたい」という「こころの灯」を受け継ぐインターネット上の“博物館”です。赤十字情報プラザ(本社1階)に来館せずとも所蔵品を見ることが可能になりましたので、ぜひご覧ください。



外見ケアってなに？

みなさん、外見ケアを知っていますか？保険のCMなどで、聞いたことがありませんか？このことを知ってもらうには、まずがん医療の進歩について、お伝えしなければなりません・・・近年のがん治療（手術、放射線療法、薬物療法）の進歩や通院治療環境の基盤整備は目覚ましく、全がんの5年生存率が上昇し、仕事をもちながら通院している患者さんは44.8万人いると言われています。

しかし、患者さんが社会と接触しながら治療生活を送ることは、よりがんに伴う外見の変化を患者さんに意識させる結果となってしまうのです。

では、なぜ外見の変化が苦痛なのでしょう・・・

①これまでの自分らしさが、外見の変化によって失われてしまうこと。

②外見の変化から病気が他者に露呈してしまい、あわれまれるなど、これまでの対等な人間関係がゆらいでしまうこと。患者さんの多くは、脱毛した頭皮や、むくんだ皮膚だけに悩んでいるのではなく、それらの症状を通して、これから起こるであろう周りの人達との人間関係の変化に悩んでいるのです。

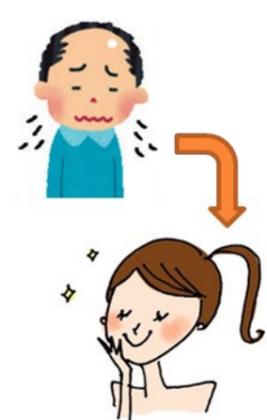
そのようなとき行うのが「外見ケア」です。それは単に症状をおさえたり、かつらを使って脱毛をカモフラージュすることだけにはとどまりません。外見の変化を補い、変化に起因する患者さんの苦痛を軽減することが、本当の意味での外見ケアなのです。具体的には、「これでいいんだ、これが、がんと闘う新しい私！」と思えるところをゴールにします。一般的な「美しくなる」かどうかは問題ではなく、その患者さんにとって「自分らしい」と思える方法と、仕上がりかどうかを大切にします。新しい自分の姿にご本人が納得していれば、必ずしも元の外見にそっくり戻す必要はないのです。

適切な外見ケアによって治療に前向きに取り組めるようになると、気持ちが楽になります。うまくいかないことがあっても、「そんなときもある」と思い悩むことが少なくなります。ご本人が堂々として輝いていると、周りのネガティブな変化も起きにくくなります。笑顔になる時間が増えて、よりその人らしい生活を送ることができるようになり、QOL向上につながります。これが、私たちの目指す外見ケアです。

認定看護師は、当院で通院治療をしているがん患者さんのお話を伺っています。

各外来へご相談ください。

がん化学療法看護認定看護師 矢巻記子



知っておきたい医療の知識 救急車を呼ぶ時とポイント



今月号の

秦野日赤人



救急科部長

せき ともこ
関 知子

〈資格・所属学会〉

日本救急医学会 救急科専門医
日本DMAT隊員
日本救急医学会 ICLSディレクター
AHA-ACLSディレクター
日本救急医学会・日本外傷学会
JATECインストラクター

2022年4月1日から常勤医師として秦野赤十字病院に赴任しました。救急科は、主に救急車で搬送された方の診断・治療を担当しています。急病や転倒・交通事故などの外傷の初期治療を、各診療科と連携して行っています。

「救急車が必要なのはどんな時？」

全国で、救急車の出動件数・搬送人員数は、年々増加しています。それとともに、救急車が現場に到着する時間も遅くなっています。また、救急車で搬送された人の約半数が入院を必要としない軽症であるという現状があります。逆に、救急車で来院してほしい方で、自家用車やタクシーで来院されたため、状態が悪化して、命の危険が高くなった方もいます。

「救急車を呼んだ方が

良いか判断に迷うときは？」

救急車を呼んだ方がいいのか、自分で自家用車やタクシーで病院に行った方がいいのか迷う場合は、全国版救急受診アプリ「Q助」を使うと判断することができます。

スマートフォン機種に応じて、ダウンロードして使用します。該当する症状を画面で選択していくと、緊急度に応じて、「今すぐに救急車を呼びましょう」などが表示されるようになります。

「救急車を呼ぶときのポイント

救急車を呼ぶ時の番号は「119番」です。

119番通報から救急車が到着するまで全国平均7〜8分です。救える命を救うためには応急手当が重要となります。応急手当が必要な場合は、消防から手当ての方法が指導されます。

「救急車を呼んだら、左記の物を

用意しましょう。

- ・保険証や診察券（乳幼児は母子健康手帳も）
- ・お薬手帳（普段飲んでいる薬）

「救急車が到着した時に伝えて

ほしい情報

- ・事故や具合の悪くなった状況
- ・救急隊が到着するまでの変化
- ・具合の悪い人の医療情報（持病・かかりつけ病院・お薬手帳・普段使用している酸素吸入やペースメーカーなどの医療機器の情報）

このように、必要な情報を救急隊に伝えていただくと、緊急の診断・治療にうまくつなげる事ができます。

救急車を呼んでほしい症状
(大人の場合)

顔

半分が動きにくい・しびれる、しゃべりにくい、視野がかける、物が突然二重に見える、顔色が悪い。

頭

突然の激しい頭痛、突然の高熱、急にふらつく・立てなくなった。

胸や背

突然の激痛、急な息切れ、胸の中央の圧迫感、激痛の場所が移動する。

手足

突然の片方のしびれ、突然の片方の脱力。

腹

突然の激しい腹痛、血を吐いた、下血した。

けがやけ

大量の出血を伴うけが、広い範囲のやけど。

飲み込み

食べ物をつまらせ呼吸が苦しい。変な物を食べて意識がない。

その他

意識がない・もうろうとしている。けいれんが止まらない、けいれんが止まっても、意識が戻らない。冷汗を伴う強い吐き気。

事故

交通事故。水におぼれている。高いところから落ちた。

※※ここに記載された症状が無ければ救急車を呼ばなくても良い、というわけではありません。ご注意ください※※



救急は患者様が予定してかかる科ではありませんが、ここに来られる方に対していつでも万全の対応が取れるよう、ワークステーション内では綿密な情報共有が常に行われています。

秦野赤十字病院では、令和2年10月より秦野市と協働し、「秦野市派遣型救急ワークステーション」の運用を開始しています。週4日（月〜木）の9:00〜16:00 秦野市消防本部より救急車1台と救急救命士を含む救急隊員3名が当院に派遣され、院内に駐在しています。重症の救急出動要請時には、救急隊員と救急専門医・看護師が同時に現場出動し、連携して現場で医療活動を行い、患者の救命率向上を図っています。駐在している救急隊員は、現場出動していない時間は救急外来で、他の救急搬送患者の診療の見学や救命処置の実習を医師の指導の下に行っています。