

# 月刊 まつなみ

発行2009年8月1日



手力の火祭り・夏 上柳川町 山田 晴生 撮影



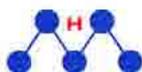
2009

No.118

8

August

●発行●



松波総合病院

羽島郡笠松町田代185の1  
TEL.058-388-0111(代)

## 社会医療法人 蘇西厚生会 理 念

私たちは、地域中核の社会医療法人として地域住民の皆様に、安全で質の高い医療・福祉を効率的かつ継続的に提供する。

## 基本方針

私たちは、医療における安全を重視し、患者様中心の根拠に基づいた医療・福祉サービスを提供します。

私たちは、患者様や利用者様のプライバシーを守り、権利を尊重します。

私たちは、経営の安定と組織の活性化を図り、職員の働きがいと生活が安定し向上するよう努力します。

## 目 次

- 排尿の悩みありませんか！
- 皮膚・排泄ケア分野の認定看護師誕生  
夏の水分補給
- 生涯青春  
元NHKアナウンサー 杉山邦博氏  
お知らせ



# 排尿の悩み、ありませんか！

泌尿器科部長 長谷川 義和

毎日当たり前のように、おしっこをしています。ところが、何かの原因で一つでもバランスが崩れると、おしっこを出す排尿や、ためる蓄尿に障害がおきてきます。

参考までに、尿漏れ（尿失禁）には4つのタイプがあります。

## 1、腹圧性尿失禁

くしゃみをしたり、重いものを持ち上げたりした時に尿が漏れる。

女性の場合は、出産によって尿道や膀胱を支える筋肉が弱くなることが主な原因とされています

## 2、切迫性尿失禁

男女とも年をとると増える、ひっきりなしにトイレに行きたくなり、間に合わずに漏らしてしまう症状です

## 3、溢流(いつりゅう)性尿失禁

たまったおしっこを十分に出しきれず、膀胱に溜まり過ぎて、あふれた尿がチョロチョロと漏れてくる症状です。前立腺肥大症など男性に多く、速やかに泌尿器科の診察をされる必要があります。

## 4、機能性尿失禁

認知症でトイレの場所が分からなかった

り、手足の運動能力が落ちてトイレが上手に使えなかったりして漏らしてしまう症状です。

一方、尿がスムーズにでず、排尿に時間がかかったり、勢いが悪くなったりするのは「尿排出障害」です。徐々に生ずるために自覚が難しく、治療が遅れることがあります。放置すると溢流性尿失禁につながりかねないので注意が必要です。

おしっこの問題は、「年だから」とか「漏らしても死ぬわけではない」ですましてしまうことがあります。しかし、尿漏れを気にして旅行を避けたり、観劇をやめたり、運動をあきらめたりすれば、生活の質の低下や、肥満による生活習慣病の悪化を招くかもしれません。おしっこの悩みの多くは、薬や手術でよくなります。又理学療法（運動療法）で効果があります。恥ずかしく誰にも相談できない秘密や悩みとして放置することなく、勇気を持っていつでも気軽に相談して下さい。

お仕事中に…



大事な会議中に  
何度も退席

急いでいるのに  
各駅停車にしか  
乗れない

トイレが気になって  
仕事に集中できない

日常生活で…



洗濯物を  
しようとしただけで  
トイレに行きたくなる

ちょっと買い物に  
行くのも  
落ちつかない

夜、ゆっくり眠れない

外出中に…



尿もれパッドを  
持って外出するのが  
おっくう

旅行に誘われて、  
行きたいけど  
トイレが心配

コンサートや  
映画に行かなくなった

家族の介護で…



トイレの失敗が多くて  
親の介護が  
たいへん

外出を  
いやがるようになり  
足腰が弱ってしまった

夜中に何度も  
起こされる

## 皮膚・排泄ケア分野の

# 認定看護師誕生!

認定看護師 三島 淳



認定看護師とは日本看護協会によって認められ、特定の看護分野において熟練した看護技術と知識を持ち、高い水準の看護を行うことのできる専門性をもった看護師です。

そこで新たに誕生した、皮膚・排泄ケア認定看護師 三島 淳さんをご紹介します。

平成21年6月に認定看護師の資格を取得した三島です。当院ではすでに3分野（摂食・嚥下障害看護、糖尿病看護、がん性疼痛看護）の認定看護師が活躍しており、それぞれの分野で日々活動しています。

私の専門である分野には

- 1、創傷ケア
- 2、ストーマ（人工肛門）ケア
- 3、失禁ケアがあります。

- 1、創傷ケアとは、傷が治る過程を基に行うものです。「傷口は、消毒して乾かすことが大切」と思ってらっしゃる方がまだ多いのではないのでしょうか。これは、もう過去の常識なのです。最新の創傷治療の考えは「傷口は湿潤環境におき、消毒は化膿している場合を除き不要」とされています。しかも近頃では高齢化や成人病の増加により糖尿病や血流障害に伴う潰瘍が増加してきており、病院に創傷治療を専門に扱う部門の必要性が高まり、医師や栄養士などの他職種のスタッフとそれぞれの専門性を生かして取り組んでいます。主に褥（じょく）瘡（そう）（床ずれ）や足の潰瘍などの傷の治癒を促すケアを行うものです。

- 2、ストーマ（人工肛門）ケアでは、ストーマのある方（オストメイト）の手術前後のサポートを行います。ストーマを造設されても、従来と同じ生活の質が保たれるよう、必要な情報提供や生活パターンを考慮したケア方法を共に考えていきます。

- 3、失禁ケアでは、手術後に生じる尿失禁や便失禁などの排泄障害に対するケアや、高齢や、出産、外傷などさまざまな原因から起こる尿漏れや便漏れに対するケアを行います。排泄というのはプライバシーに関わることであり、人に相談したり、受診したりしにくいことが多いと思います。そんな方の相談窓口となれるよう、体制づくりをしていきたいと考えています。これら皮膚、排泄ケア認定看護師が行うケアのすべてに含まれるのがスキンケアです。皮膚は年齢と共に脆弱となり、容易にスキントラブルを起こしてしまいます。予防的なケアを行うことでスキントラブルを防ぐことができます。

尚自宅介護を行っているご家族の方で、褥瘡のケア方法やおむつによる皮膚障害でお困りの方、尿が漏れてお困りの方、問題を抱えるオストメイトの方、皮膚のトラブルや排泄に関してお困りの方、いつでも気軽にご相談下さい。

患者様およびご家族皆様の生活の質が保たれるよう、共に考え、お役に立てるよう努めてまいります。

## 夏の水分補給



体温の調節のために汗をたくさんかく夏は水分補給がとても重要になります。

体内の水分が不足すると、血液が全身にスムーズに循環しなくなり、だるい、疲れやすいなどといった症状や、熱が体にこもって頭痛やめまいを招きます。夏はこまめな水分補給を心がけましょう。

