



# にじいろレター



No. 10

今回は各認定分野からのタイムリーなポイントについてまとめてみました。  
明日からの看護に役立つ情報が盛りだくさんですよ★

## がん化学療法看護

担当：新坂ともみ（PHS：4213）、三輪真砂子（PHS：4475）

【脱毛に伴う頭皮ケアについて】がん化学療法を受けた外来患者を対象とした調査によると、「脱毛」は「家族への負担や影響」に次いで2番目の困りごとであることが分かっています。

「脱毛時期」と抗がん剤の投与が終わったあとの「髪の再生時期」は、患者さんのボディイメージの変調に対して真剣に向き合い、具体的な対応策を立てましょう。患者さんには、具体的な頭皮と髪のお手入れの方法の指導が効果的です。また、十分な栄養と睡眠及び適度な休息を取り、心身ともにストレスをかけないことが重要であることを伝えましょう。具体的なお手入れの方法はこちら⇒①微温湯シャワーで2分程、髪と頭皮を流す②弱酸性～中性のノンシリコンシャンプーを泡立て、泡を移動させながら洗浄し摩擦を避ける③髪の根元は頭皮マッサージをする要領で揉み出し洗い④シャンプー後は空気中の雑菌が付着しないようによく乾かす⑤頭皮を温め過ぎないように注意する。ドライヤーは「冷風」か「低温」で使用するなど

\*脱毛にともなう頭皮ケアについてもコンサルテーションお待ちしております。

## 集中ケア

担当：坂本郁代（集中治療部：3195）

### SpO<sub>2</sub>（経皮的酸素飽和度）の考え方

SpO<sub>2</sub> モニタは、患者さんの酸素化能を簡便かつ低侵襲で予測する機器として広く周知されていると思いますが、測定部位によって反応時間が変わることには注意が必要です。最も反応時間が速いのは前額部であり、次いで手指、足指の順となります。特にショックなどの末梢循環不全状態ではその差が顕著に現れます。気管吸引直後の SpO<sub>2</sub> は数値上正常範囲であっても実際は低酸素血症をきたしている可能性があり、少し時間がたってから SpO<sub>2</sub> が低下してくることがあるので、私たちが低酸素血症であると認識するまでに時間がかかり対応が遅れる可能性があります。機器の作動状況を見る時に自分の息を止めて装着し、どのくらい経過したら数値が下がってくるか確かめるとよいでしょう。

## 皮膚・排泄ケア

担当：児玉裕子（PHS：4376）、竹生まゆみ（総合周産期母子医療センター：3186）、望月祐美（PHS：4190）



**乾燥注意報 発令**



気温や空気が乾燥する冬は、肌にとってとても過酷な季節。暖房をつけることでさらにお肌は乾燥します。乾燥すると皮膚がかさかさ・痒み・ひび割れるだけでなく、美容の大敵であるシワやたるみ、くすみの原因となります。そのため冬場は特に「保湿」が重要となってきます。対策としては

- ・いつもと同じケアではなく、保湿効果の高い保湿剤を使用する（水分・油分補給）
- ・シャワーや手を洗った後は、水分を素早く拭き取り、速やかに保湿クリームを塗る
- ・部屋の加湿を行うなどがあります。

## **緩和ケア** 担当：福留麻希（PHS：4385）

「緩和ケアマニュアル（第1版）」を作成しました。疼痛、消化器症状（悪心・嘔吐、便秘、腹部膨満）、呼吸困難感、全身倦怠感、不眠、せん妄の項目があり、薬物療法やケアの方法について記載しています。CUMNAVI トップ画面「緩和ケアチーム」の項目に掲載予定となっていますので、是非ご活用ください。また、マニュアルの内容に関して、ご不明な点やご意見等ありましたら、福留までお知らせください。

## **救急看護** 担当：川越由紀（救急救命センター：3136）

宮崎大学附属病院は『災害拠点病院』に指定されています。  
災害拠点病院とは、平成8年に当時の厚生省の発令によって定められた「災害時における初期救急医療体制の充実強化を図るための機能を備えた病院」です。  
当院にはDMATが2隊（うち看護師3名）あり、年に1回宮崎県災害医療従事者研修会が開催されています。東南海・海トラフ地震を想定すると災害現場に出向くだけでなく多数傷病者受け入れを考えなければなりません。みなさん準備はいかがでしょうか？

## **がん性疼痛看護** 担当：山下智子（4階西病棟：3293）

ブラッシュアップ研修で、パッチを管理する際に「もし剥がれて紛失したら・・・できれば被覆したい」という意見を頂きました。  
発汗の多い患者さんや、38℃以上の発熱の持続している患者さんには、テガダーム等で被覆することで、皮膚とパッチの間に発汗が貯留します。皮膚とパッチの間に隙間ができてしまい、経皮的に吸収されません。パッチの剥がれを予防するために被覆材で覆うことは正しい方法ではありません。  
ご不明な点は、病棟薬剤師又は、医薬品情報室（3239）にご確認ください。

## **感染管理** 担当：福田真弓（PHS：4465）、武田千穂（PHS：4250）

インフルエンザの流行時期になってきました。ワクチン接種（任意）をされましたか？  
インフルエンザワクチンは、罹患した場合の重症化予防に有効とされ、有効な免疫レベルの持続期間はおよそ5ヶ月間です。  
症状は、突然の38～39℃を越える発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、鼻水、咽頭痛、咳などです。もし発症したら、病棟責任者に報告しましょう。また、インフルエンザを発症した家族などに濃厚接触した場合はその後の体調管理に十分に注意しましょう。潜伏期間は1～3日で、発熱2日前から他者へ伝播する可能性があります。マスクを装着し就業するなど対策をとりましょう。

