



## 総合診療科特定ケア看護師として

練馬光が丘病院 宿谷謙太

### はじめに

皆様、はじめまして。私は練馬光が丘病院に勤務している特定ケア看護師5期生の宿谷謙太と申します。練馬光が丘病院では現在特定ケア看護師が4名在籍しております。総合診療科に3名、心臓血管外科に1名在籍しており、私は総合診療科に在籍させていただいております。そのほかに診療看護師が2名在籍しており、分け隔てることなく診療部門で一緒に活動をさせていただいております。

### 現在の特定ケア看護師としての活動

現在は総合診療科に所属し、病棟管理を主体とした診療活動をさせていただいております。主に診療する疾患としては肺炎や尿路感染症、糖尿病、脳梗塞、心不全などcommonな疾患です。高齢者診療が主体となる中で、練馬光が丘病院の特徴である退院先の調整にも力を入れております。介護度が高く、自宅での療養が困難と考えられる患者様に対して、単に退院後に施設に入ることや療養型病院で過ごすことを最初の目標にするのではなく、自宅に帰りたいという患者様が、自宅に帰る選択をできるように福祉サービスなどの調整を行うこと、その先に必要な医療や看護は何かを考え地域とつなぐことを行っております。その際には家族の理解も得なければなりません。自宅で看ることへの不安や懸念事項を少しでも解消できるように、主介護者を含めた家族へのインフォームド・コンセントを行い、在宅で過ごすことに必要なサービス

の相談なども行います。患者様とその家族が「家に帰れてよかった」と思えるように介入するためには、私たち特定ケア看護師の役割は大きいと考えます。患者様の病状を診ることと、看ることができるからこそ、本当に在宅に帰せるのか、また帰すためには必要な社会資源や医療は何かを考え提供することができるからです。

退院調整以外にも高齢者診療で得意とする分野として、フレイル対策やサルコペニア対応があります。患者様が要介護状態にならないために入院中に調整できることはないか、リハビリなどの介入で介護予防できないかなどを考え対応させていただいております。サルコペニアに至った患者様に対しては、そのサルコペニアに至った原因を解消できるように必要な検査を行ったり、栄養摂取量の調整を主に行っております。サルコペニアから壊死組織を伴う褥瘡の発生といったパターンも多く、栄養管理+褥瘡管理といったことも行います。サルコペニアが少しでも解消し、患者様が元気になっていく様子や褥瘡が良好になる経過などをみるのが、とてもやりがいを感じる瞬間です。

他の活動といたしましては、入院依頼の対応や他科からのPICC挿入の依頼や病棟で困っていること、主に点滴のルートが取れない、採血が難しい、患者様の様子が普段と違うのだけれど見てほしいといった相談を受けることが多く、その対応を行っております。病棟看護師への負担を少しでも軽減できるようにフットワークを軽く活動することを目標としております。



総合診療科で働く筆者



Alexaを使ってチームカンファレンスを実施

## これからの活動と期待, 展望

私が特定ケア看護師を目指したきっかけは、看護師として青森県六ヶ所村に支援に行き、そこで診療看護師や特定ケア看護師の方の活躍を目の当たりにしたことです。へき地での地域医療で診療と看護の両方の必要性を感じ、またそこで出会った松岡史彦先生の勧めもあり特定ケア看護師を目指すきっかけとなりました。地域医療においては診療看護師や特定ケア看護師のニーズがあると感じております。看護師として積み重ねてきた視点や、慢性疾患の管理など看護師だから得意とする分野が、臨床推論を用いて診ると看るが合わさった際にさらに発揮できると思います。医師からのタスクシェア、タスクシフトを行い、診療の時間短縮や医療の質の確保につながることを目標として考えており、その効果を発揮できる場として医師の少ない地域、へき地での医療を今後の活動の場としたいと考えております。

今年の3月で卒後臨床研修も終了し、今後は自施設の総合診療科で基本的な診療のみならず患者様に寄り添った診療を学び、それを自分の武器としてへき地での地域医療に貢献したいと考えております。また、都市部とへき地の医療の共有も一つのテーマとして考えています。都市部で学んだ知識をへき地でも共有し、看護師の学習の機会につなげることで、またこの地域

でも看護師がスタンダードな医療について共通認識を持つことを目標として活動していきたいです。そのためには私たちの職種に対する周囲の理解も必要と考えます。医師、看護師のみならず、コメディカルの方たちにも相談しやすい雰囲気づくりや、フットワークを軽く対応できる能力が必要であると考えております。周囲の認識として「いったんこの人に相談してみよう」「同じ診療のチームの特定ケア看護師なら相談しやすいし、すぐ対応してくれる」といった認識を持っていただけることが、今後も活動していく上で私たちの必須条件と思います。医学的知識も必要ですが、さらに信頼を得て活動していきたいと思います。

最後に今後の私の展望として、先述したように地域医療への参加が大きな目標ではありますが、現在所属させていただいている練馬光が丘病院は本年の10月に新病院となります。新病院開設にあたり、最初はシステムや環境の変化に戸惑うことがあると思います。その中でも地域の方々の健康維持、増進に関われるように介入していきたいです。都市部の地域医療に触れて学びを深め、日本全国「いつでも、どこでも、だれにでも」医療を届けられる存在になりたいと思います。地域によって特色は異なりますが、そこに対応できる柔軟性を持ち活躍していきたいです。