



霜月たより

朝夕の冷気が身に染みる季節になりました、皆さまいかがお過ごしでしょうか?急な温度変化に体調を崩す方も多くいらっしゃると思います。

今年も残すところ、1か月ちょっと。体調万全に年越しを迎えるのが何よりも嬉しい。皆さん、皆さまフローレンス・ナイチングール聞いたことはない方はいないで

しょう。というくらい有名な看護師です。彼女は実は【換気の第一人者】と

言われる人で、換気し空気を正常に保つことが患者にとっての第一の不可欠な要素と説いた方です。ちなみにですが「ナースコール」これも発明し普及に努めた人もナイチングールです。本題に入ります。寒くなってきたので窓を開けたくない気持ちになるこの頃ですが・・・冬の換気とともに大事なんです!

す!換気は空気中の有害物質、カビ、微生物などを防ぎ、ハウスダスト除去、結露予防、などメリットが沢山あります。換気方法としては、

① 窓の位置は部屋の対角線上に空気の通り道を作つてあげること

② 窓の大きさにもよりますが5~15㌢ほど隙間をあける

③ 6~8畳ほどの広さで1回の換気では5~10分ほど

④ 換気の目安はできれば2時間おき、

⑤ 温度の低い12時~16時頃が理想だそうです。

正しい換気を心がけ、冬を快適に過ごしましょう



お知らせ

年末年始お休みのご案内



フローレンスでは12月29日~1月3日まで誠に勝手ながら定期的訪問はお休みとさせていただきます。緊急時対応は24時間行つております。

年内外来は12月29日~1月5日迄お休みとなります。

1月6日から通常診療です

ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解くださいますようお願い申します。

かいお声をかけてくださいました。暖かいお声をかけてくださいました皆様に感謝申し上

を休めていただけです。暖かいお声をかけてくださいました皆様に感謝申し上

活動紹介(在宅での看取り)

「絶対に最期まで家で、宜しくお願ひしますね」

初めてお会いした日に、「ご家族に託されました。

このように在宅医療のことを理解され、お願いしていらっしゃるのは、まだまだ多くはありません。

在宅での看取り、それが叶う場合、ご本人の希望はじめ、「ご家族さまの理解、医師、ケアマネ

ージャーさん、その他様々な職種が関わり叶えることができます。

看護師はその中でも、最期まで【その人らしく過ごす事を支える】ために、いつもその人がどう過ごされているか・好物・嗜好などお聞きしながら、サポートすることを大切にしています。

そこには心身を見る看護の目線も持ちながら、療養を支えるご家族のサポートも忘れません。

【療養でのひと時】

移動が難しくなり、嗜好のタバコが一人で吸えなくなり、お話を難しくなられました。訪問時、たばこを持つ仕草。これをみて「たばこ吸いましょうか?」の問い合わせでモタモタ、そして周りの紙だけ

勿論!看護師が吸うではありません。その方に吸つていただきのです!

良いか悪いかは別として、まずはその方が望む事、それをして差し上げられる事が多いのも在宅で療養できる良さだと思います。苦しくない範囲で酸素を止めてたばこに火をつけます。「吸いましょうか?」と聞いた割には、タバコになかなか火をつけられずモタモタ、そして周りの紙だけ燃えて煙モクモク・・・しかし2回目は成功!

それでも、その方は、美味しそうに一服され、またニッコリ。こういう場面に関わらせていただ

くと、本当に在宅の醍醐味を感じます。在宅では、その時間はその方のみの時間、そしてその人らしく過ごせる自由な時間が沢山あります。その方が好きな音楽を好きな時間にユーチューブで流したり。日々の場面も貴重な思い出!出来るだけ日々のいいお写真を残して差し上げることも私たち訪問看護師に出来ることだと思っています。

そんな日常の生活を過ごしながら最期を迎える。在宅の時間がとても穏やかに感じます。

ご家族にとって、未知の死に向かう本人と向き合い過ごす日々は普通ではないことなかもしれません。そこに、療養を支える医師・相談員・ケアマネさん・理学療法士等様々な職種が特別

ではなく自然な形として受け入れられるようサポートしていきます。看護師もご本人とご家族の一番近くで、最期までその人らしい生活を支える一員です。個々の方に合わせた多様な関わりにならじくして、右記のような事前訓練が必要な事象も発生しますが(笑)スタッフ同士アイディアを出ししながら、その方にとっての何がいいかを本人・家族と一緒に考え全力でサポートします。

この方の同居者は配偶者の方のみ。初めて知ること、できないこともあります、一緒にご本人の療養を最期まで支えられました。遠方のご家族も一緒にになって、タバコ・音楽・食べたいものなどご本人のやりたいを叶える関わりを最期まで持たれていたことにとても感動しました。

ご家族としてはあの時こうしていれば・・・と思うこともあつたり、折々に寂しい気持ちも続くと思います。ですが「絶対に最期まで」それがすごくいい形で迎えられたこと、私たちにとって在宅のやりがいを頂きました。そして「私の時も宜しくお願いしますね」との言葉。まだまだずっと先の事ですが、本当にありがたいお言葉に感じています。

