

# 望みの門訪問看護ステーション

平成26年11月 第4号季刊誌



## さくら草

連絡先：富津市富津 617-14

Tel：0439-87-6611

### 看護の目的

#### 『看護の目的』

望みの門訪問看護ステーション

管理者 渡邊 零子

さくら草も今回で4号となりました。定期的に発行できるか不安でしたが、皆様のご協力を頂き、今回も発行することが出来ました。この季刊誌が皆様のお役にたてれば幸いです。

第1号から3号まで、『看護の誕生』についてお話ししました。4号は『看護の目的』についてお話ししました。ここに一粒の花の種があります。私たちは具体的に、この花の種にどのようなケアをしているのでしょうか？まずはこの花の種に宿る生命力を信じます。そしてその持てる力に、力を貸します。皆さんは、どのような力を貸しますか？

私は、日光が注ぐ場所を確保し、種を蒔き、根腐れしないように注意しながら水の管理をします。雑草を抜き、害虫から保護し生命力が消耗しないように注意を向け、真っ直ぐ目が伸びるように支えを立っています。看護の目的もこれと同じです。

『看護とは、人間の身体内部に宿る自然性、すなわち健康の法則（生命の法則）が、十分にその力や機能を発揮できるように、生活過程を整えることであって、それは同時に、対象者の生命力の消耗が最小になるような、最良の条件を創ることである』とKOM理論で述べております。



さらに説明しますと、人間のもとも持っている生命力、自然治癒力、健康の法則、といわれるもの、この生命力に注目し、生命力の消耗を最小に同時に生命力を高めることです。看護は生命力（自然治癒力）を高めるために、生活過程を整えることが必要です。

例えば、子供は生まれながらにして生命力・自然治癒力を持っており、風邪をひき40度の熱が出ると、布団を敷き寝かせ汗をかいたら拭き着替えさせ生命力の消耗を最小にします。そして水分補給・おかゆ+梅干しの食事を取りあたかくし安心させます。こうして生命力を高めます。

『活の自立とその質の向上を図る事で看護とは、生活にかかわるあらゆることを創造的に、健康的に整えつという援助行為を通して小さくなった、あるいは小さくなりつつある生命の幅を広げ、今以上の健康の増進と助長を目指して、(時には死にゆく課程を、限りなく自然死に近づけることも含まれる)、その人の持てる力が最大に発揮できるようにしながら、生ある』とKOM理論で述べております。

ケアの目的にはより実践しやすい様に「5のものさし」があります。では紹介します。

- ① 生命の維持過程（回復過程）を促進する援助
- ② 生命体に害となる条件・状況を作らない援助
- ③ 生命力の消耗を最小にする援助
- ④ 生命力の幅を広げる援助
- ⑤ 持てる力・健康な力を活用し高める援助

看護計画もこの『5つのものさし』から考えられて、立案されております。実は介護も同じです。

皆様の持てる力・健康な力が発揮できるようにこれからもがんばります。宜しく願い致します。

今回は利用者様のご家族が寄せて下さった「声」を掲載したいと思います。主にリハビリ中心で携わっているM様のご家族です。リハビリには意欲的なM様ですが、今年9月から理学療法士が携わる事になり更に機能訓練を頑張っておられます。



### 訪問看護を利用して

訪問看護を利用して1年が経ちます。  
週3回訪問して頂き以前より動ける様になったこと本当に感謝しています。本人は訪問看護師が来て色々励ましてくれる事にとっても嬉しい様で、訪問看護師が来ることを毎回心待ちにしています。お薬について色々アドバイスを頂いたり、本当に利用して良かったと感謝の気持ちでいっぱいです。これからも家族共々宜しくお願いします。

### 風邪に注意！！

風邪が流行る時期になりました。

風邪とは皆さんご存知と思いますがウイルスが原因で気道が炎症し、そこから引き起こされる様々な症状の総称を言います。なんと！風邪のウイルスは200種類以上あるそうです。

冬の風邪は低温と乾燥に強いウイルスが原因のようです。ウイルスは空気中に飛んでいるため飛沫感染します。うがいはもとより嘔吐物や便からも感染するので手洗いも大切です。

そこで、うがいの方法と手洗いの方法を掲載しますので日常生活にお役立て下さい。



### うがいの方法

- 1回目「ぶくぶくうがい」  
◎口の中のウイルスを奥に押し込まない為
- 2回目以降「ガラガラうがい」  
◎普通に声を出して「ガラガラ」とうがいして下さい。

### 手洗いの方法

- ① 手のひらをこする。
- ② 手の甲をこする。
- ③ 指先をこする。
- ④ 指の間をこする。(左右の手を組み合わせて)
- ⑤ 指をにぎってこする。
- ⑥ 手首をこする。

### 編集後記

早いもので季節は冬に変わろうとしています。カレンダーの厚みが薄くなっていくのを見ますと一年の終わりが早いものだとつくづく感じます。寒さが厳しくなってきますと増えてくるのは

風邪症状です。今回「さくら草」に掲載しましたが手洗い・うがいで予防に努めて頂き、体調崩す事なく年末年始を迎えてもらいたいと思います。