

## 特定行為研修修了看護師の紹介

在宅・慢性期領域の特定行為研修修了看護師の加藤修治と申します。現在は3階病棟で勤務しています。

皆様は看護師特定行為研修という制度をご存じでしょうか？あまり聞き馴染みがないかと思います。この制度は、2015年に制定された新しいもので、今後のさらなる超高齢化社会を見据えて、これまで医師のみが行っていた医療行為や処置の一部を、一定の研修を修了した看護師が行えるようにしたものです。特に、私が修了した在宅・慢性期領域の研修では、病気と付き合いながらも、なるべく自分の家で暮らせるような医療的なサポートをタイムリーに行えることを目的としています。

現在、褥瘡（寝ダコ）の治療を早める処置、胃瘻に関する処置、脱水がある場合の点滴などを医師の指示のもとに実施することができ、少しずつ活動を広げています。こうした医療行為の一部を行うために学習した内容は多岐にわたり、これを活かした様々な講習会も企画しております。

たとえば、「フットケアの大切さ」、「保湿剤の使い分け」、「高齢者の脱水症予防」などです。これらは、病院や施設の方だけではなく一般の方々にも知っておいていただきたい内容になりますので、ご興味がおありでしたら、ぜひお気軽にお問い合わせください。



加藤 修治  
特定行為研修修了看護師

### 脱水症に注意しましょう！

夏の訪れに合わせて、健康を守るために脱水症予防がますます重要です。特に高齢者の方は喉の渇きを感じにくい傾向があり、水分摂取が不足しがちです。水筒やコップを手元に置いて、定期的に少しずつこまめに水を飲む習慣をつけることが大切です。お好みに合わせ、飲み物の「甘い」、「しょっぱい」、「冷たい」、「温かい」を組み合わせ、楽しみながら水分を摂ることも効果的です。

また、昨今は電気代が上がっていますが、どう考えても健康の方が大事ですから、我慢しないでエアコンを使う、屋外でもなるべく涼しい場所で過ごすといった心構えも大切です。

いったん脱水症になってしまうと、口から水分が摂れなくなり、点滴が必要になってしまうこともあります。日ごろから、体温を測定したり、尿の量や色、体調の変化、喉の渇き具合などにも注意しながら、早め早めに脱水症対策をしていくことが重要です。

