

十三健康かわら版

令和6年11月 / 第84号



topics

- ・手術室の仕事について
- ・健康レシピ(魚の彩りあんかけ)
- ・市民公開講座を開催しました
- ・公式 LINE 始めました

「手術室の仕事」について、看護師に聞きました。

病院には色々な部門があります。そこで何をしているのか、患者さんのお役に立ちたいと働くスタッフの思いとともにお伝えします。十三市民病院を身近に感じていただければ幸いです。

手術室はどんなところですか？



手術室は5室あり、外科、整形外科、泌尿器科、産婦人科、眼科、耳鼻科、消化器内科など、ひと月に100件前後の手術を行っています。多くの患者さんは、外来通院中に手術の日程を決めて予定を組んで手術をされますが、緊急入院して手術を受ける方や、夜中に帝王切開で出産される方もおられます。私たちは、患者さんに安全・安心に手術を受けていただけるよう、外科医、麻酔科医、看護師、臨床工学士などがチームになって医療と看護を提供しています。

また、手術を受ける患者さんも私たちも一つのチームだと思っています。心配や不安などをお会いした時にお伝えくだされば、病棟看護師とも連携してそれぞれの患者さんに合ったケアができるように精一杯努めます。



患者さんとの関わりで心がけていることは何ですか？

患者さんは手術を受けると決めてからも、ご本人や家族の気持ちはさまざまに変化します。私たちは手術前から手術後まで、安心して手術を受けられるように関わっています。

手術前

術前訪問で病室に伺い、手術室に入ってから退室するまでの流れを説明し、質問にお答えします。心配なことはどうぞお伝えください。

手術当日

手術室は患者さんにとって初めて見る環境で、緊張されています。緊張を和らげるため、マスク越しでも気持ちが伝わるように目線に気を配り、タッチングを交えて温かな声掛けを心がけています。また、麻酔で眠られている患者さんの代弁者となり、安全に手術を受けられるようずっとそばにいて看護をしています。

手術後

術後訪問で病室に伺い、手術後の不安や退院に向けて気になることなどをお聞きします。「傷や痛みはようになるの？」など、退院後の生活への影響や心配も話されます。そんな時は、患者さんが安心して退院できるように、病棟看護師とも情報共有し、退院支援に生かすようにしています。

心がけていること

Aさん

手術中は、1人の患者さんに複数の職種が連携しながら、それぞれ自分の役割を果たしていきます。そうすることで安全・安心な手術ができ、チームとして一体感を感じます。また、患者さんには少しでも不安や緊張が和らいでもらえたらと思い、落ち着いた雰囲気でお話かけたり、対応しています。

Bさん

手術への向き合い方は患者さんによってさまざまです。落ち着いている方や、不安いっぱい緊張されている方など、その方の心境に寄り添う対応をすることが患者さんの安心につながると考えています。そのため、患者さんの表情や話などから患者さんの気持ちを察して、対応を変えています。

また、チーム全体の雰囲気を整えることも安心・安全な手術には大切なので、先読みをしながら行動し、手術が安定して進行できるようにしています。手術が無事に終わると達成感を感じます。



次号は
臨床工学科について
お伝えします

市民公開講座を開催しました！

女性は年齢とともに体に変化し、それに伴う病気や症状があります。婦人科は女性の一生に関係する診療科。今回は、症状からわかる病気について、産婦人科部長の中田医師がお伝えしました。

女性の一生



がんは
早期発見が大事！

月経困難、月経前緊張症
子宮筋腫、卵巣嚢腫
子宮内膜症
子宮頸がん

更年期症状
子宮体がん
卵巣がん

女性ホルモン減少に伴う諸症状

萎縮性膣炎
骨盤性器脱
(子宮脱、膀胱瘤)

がん検診と
気になる症状があれば、受診を！

講演内容は
YouTubeにて配信中！

YouTube



健康レシピ 魚の彩りあんかけ



〈材料〉4人分

鮭またはます : 4切
塩 : ふたつまみ

赤パプリカ : 1/3個
しいたけ : 中3個
ぎんなん水煮 : 40g(約20粒)
枝豆 : 40g

調味料

だし汁 : 120ml
料理酒 : 小さじ2
みりん : 小さじ1.5
薄口醤油 : 大さじ1
片栗粉 : 大さじ1
水 : 大さじ2



〈一口メモ〉鮭は、身の色が赤いため、赤身の魚に間違われがちですが、実は白身魚です。
アスタキサンチンという赤色の天然色素を持つ餌を食べて、赤色になっています。

〈作り方〉

- ① ・鮭に塩を振って、しばらくおく(20~30分)。
・パプリカ、しいたけは薄切りする。
・枝豆は茹でる。
- ② 鮭は、魚焼きグリルで火が通るまで焼く。
- ③ 赤パプリカ、しいたけ、ぎんなん水煮、だし汁を鍋に入れて火にかける。
- ④ 火が通れば、枝豆を加え、料理酒、みりん、薄口醤油で味付けし、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑤ 器に鮭を盛り付け、④のあんをかける。

〈栄養価: 1人分〉エネルギー 163kcal

たんぱく質 20.7g 脂質 4.2g 炭水化物 11.4g 食塩相当量 1.2g

友達募集中

十三市民病院

公式LINE始めました

無料送迎バスの時刻や
受診の予約が見やすい!

「QRコード」
を読み取る

2 友だち追加
ボタンを
タップ

3 アンケート
に回答

4 セミナー行事の
予定を知らせ!

友だち追加
完了

いきいき健康セミナー

無料、事前申込不要

〈日 時〉 : 令和6年 12月 17日(火) 午後2時~午後3時

テ - マ : 住み慣れた街で安心して暮らす

~ 社会福祉協議会と地域包括支援センターの活動 ~

- 淀川区社会福祉協議会 藁科 慧 氏
- 淀川区地域包括支援センター 梶井 浩彰 氏

〒532-0034 大阪市淀川区野中北 2-12-27

大阪市立十三市民病院 広報委員会 電話 06-6150-8000

FAX 06-6150-8686

<https://www.osakacity-hp.or.jp/juso/>

編
集

