

## CNS・CNから学ぶエビデンス

## 周術期の禁煙

集中ケア認定看護師 足羽孝子

喫煙が周術期患者の全身管理に大きな影響を及ぼすことは皆さんもよくご存じだと思います。喫煙者で術後合併症（創感染、肺合併症、脳神経合併症、ICU入室）発生率が有意に高いことが報告されています。そうした中、国立病院機構に所属する外科医師に対する術前禁煙についての意識調査（有効回答者60名）がありました。これによると、喫煙が術後合併症の危険因子であることはすべての外科医師が認識していましたが、禁煙外来等への対応依頼をしている外科医師は13.3%に過ぎませんでした。63.3%が自科での対応で、そのほとんどが声掛けのみというものでした。当院も同様の現状でしょうか。

麻酔科学会「周術期禁煙ガイドライン」では、標準的な禁煙介入方法として、5A (Ask, Advise, Assess, Assist, Arrange) 戦略を提唱しています。多忙な外科医師がカウンセリングや投薬などの禁煙援助 (Assist) を行い、フォローアップを調整する (Arrange) ことは現実的ではありません。ここで出番なのが看護師ではないでしょうか。術後の早期回復を目指して、病院あげでの術前禁煙を徹底していきましょう。もう1点、いわゆる「新しいタバコ」も日本禁煙学会の見解に準じて紙タバコと同様に扱きましょう。

## 【引用文献】

- ・守正浩他:国立病院機構所属の外科医に対する術前禁煙についての意識調査,禁煙科学,12,2018
- ・公益社団法人 日本麻酔科学会:周術期禁煙ガイドライン,2015
- ・一般社団法人 日本禁煙学会:いわゆる「新しいタバコ」に対する日本禁煙学会の見解,2016



## ACPの時期を逃さないための サプライズクエスチョン!

急性・重症患者看護専門看護師 伊藤真理

アドバンス・ケア・プランニング (ACP) とは、「患者・家族・医療従事者の話し合いを通じて、患者の価値観を明らかにし、これからの治療・ケア目標や選好を明らかにするプロセス」です。その重要性は誰もが認識していますが、臨床現場ではACPのタイミングを逃してしまいます。そこで推奨されるのが、サプライズクエスチョンです。これは、「目の前の患者さんが1年以内に亡くなったら驚くだろうか?」と医療者が自問自答し、驚かないならばACPを始めた方がよいというものです。

この質問の有効性は検証されています。がん患者の場合は、感度が60~80%、特異度が80~90%<sup>1)</sup>。一方、心不全患者の場合は、感度は83%ですが、特異度が22%とかなり低い報告があります<sup>2)</sup>。つまり、目の前の心不全患者が亡くなるだろうという予測は88%的中していますが、亡くならないという予測は22%しか的中しなかったという意味です。心不全患者さんへの「まだ、大丈夫でしょう」という予測は外れやすいので、ACPの開始時期は医療者が思うよりもっと早めるべきでしょう。しかし、サプライズクエスチョンは簡便であり、感度は良好ですので、有効なスクリーニング方法として活用していきたいです。

## 【引用文献】

- 1)木澤義之.患者・家族の意向を尊重した意思決定支援、特にアドバンス・ケア・プランニング (ACP) について.看護,2018;70(7):71-75.
- 2)Haga K, Murray S, Reid J, et al. Identifying community based chronic heart failure patients in the last year of life: a comparison of the Gold Standards Framework Prognostic Indicator Guide and the Seattle Heart Failure Model. Heart 2012; 98: 579-583.



## 大学から学ぶエビデンス

## 新生児期からの睡眠習慣づくり

保健学研究科 成育看護学分野 白井喜代子

日本人の生活スタイルが夜型化して、睡眠時間が年々減少しています。光に満ち溢れた生活とメディアの過度な視聴が、子どもの眠りに与える影響について懸念する声もあります。生後1ヶ月児の睡眠で、母親が困ることのトップは「寝つき」の問題で、次に夜間覚醒でした。これらの予防には、大人と同様に①昼と夜のメリハリをつける②規則的な生活リズム③眠る前のリラックス、が有効だと言われています。

乳児期は睡眠の深さや質も大切ですが、時間の長さが重要だと言われています。新生児は寝たり起きたりしながら16時間ぐらい眠り、1歳くらいで13時間前後になります。乳児の眠りの特徴は浅い眠り（動睡眠：大人ではレム睡眠）が半分以上を占めることです。顔をしかめたり、動いたり、声を出していてもうつらうつら眠っています。浅い眠りを起きていると勘違いせず、静かに見守り、眠らせてあげることも必要です。かすかな気配にすぐに反応せずに様子を見ることが、良い結果（頭の良い子、育て易い子）に繋がるようです。



# EBPワークショップを開催しました

EBPワークショップをもっと身近に！！

目の前の患者さんのために、論文の読み方を学びませんか？

英語で書かれた論文を読むテクニックについて学び、科学的根拠を添えて、ベストなケアを提供するための方法を知る貴重な機会です。

読解のための読頭設定・情報検索・情報吟味・読頭への疑問を添えて、どういったポイントに絞るかをワークショップで一層に考えていきます。

日時：平成30年9月15日(土) 13:00~17:00  
場所：医療実践型教育研究棟4階 実習室1・2  
講師：福岡 敏雄 先生  
(倉敷中央病院 総合診療科 主任医長、教育推進センター) 他 ファシリテーター  
対象：看護職、医療スタッフ、医療系学生  
参加人数：先着30名【申込：平成30年8月24日(金)】  
会場：無 料

【申し込み方法】  
姓名は「EBPワークショップ申込」とし、本文に氏名・職名・所属・連絡先を明記し、以下のアドレスにお送りください。  
E-mail: ebnkango@cc.okayama-u.ac.jp

岡山大学 倉敷キャンパス 教育推進センター (4階) 実習室1  
〒719-0238 岡山県倉敷市北町1-1-1  
TEL: 086-235-7838

9月15日(土)に倉敷中央病院の福岡敏雄先生を講師に開催しました。

参加人数 : 13名(院内・学内 5名、学外 8名)

参加職種 : 看護師、看護教員、薬剤師、理学療法士、大学院生

ファシリテーター : 看護師1名、薬剤師5名



今年の論文のテーマは「Improving comfort around dying in elderly people: a cluster randomised controlled trial」(文献 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28526493>)

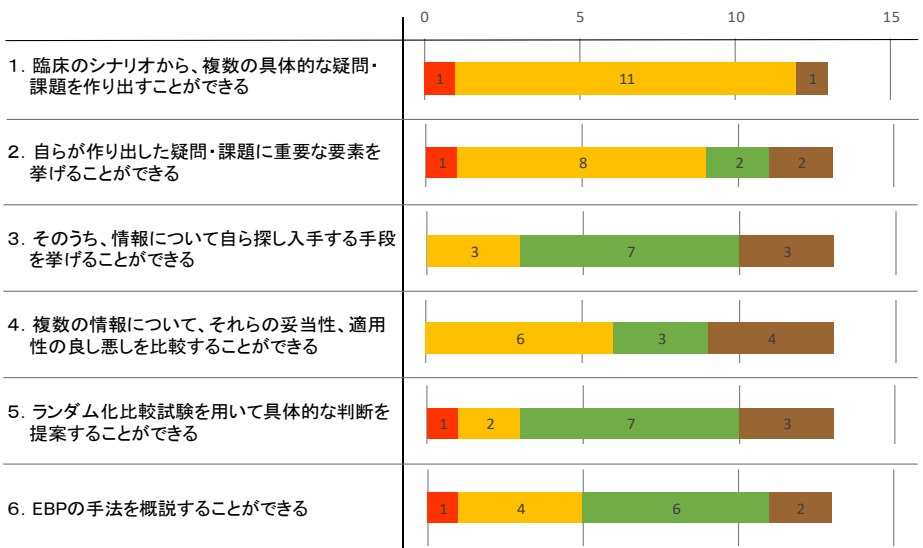
シナリオの一部 : あなたは、「死を迎える人のケアの質を評価できる指標なんてあるのかしら。その時その時に、その人にあったケアを提供しているのだけれど、果たしてそれでいいのだろうか。この病棟でも少しでもその人らしい死を迎えることができるケアを提供していきたい。若い看護師たちにも共有できるケア方法を知りたい。」と思い、この文献を読んでみることにした。

上記のシナリオに基づいて、ステップ1:問題の定式化研究、ステップ2:情報検索、ステップ3:情報の吟味、ステップ4 判断の適用・実施、ステップ5 判断の評価と、福岡先生の講義とグループワークをしながら論文を吟味していきました。

「普段からPICOを意識しようと思った」「終末期・看取りのケアに関する他の文献も読んでみようと思う」「改めて、自分の部署での課題に向き合って、患者に何ができるかを考えていきたい」などの感想が寄せられました。



### 【アンケート結果】(N=13)



## 英語論文抄読会のご案内

次回: 11月30日(金) 19時~

メンバー: 看護師・保健学研究科教員・薬剤師・医師・歯科医師・学生

場所: 総合診療棟東棟5階 第4カンファレンスルーム

参加希望の方は、[ebnkango@cc.okayama-u.ac.jp](mailto:ebnkango@cc.okayama-u.ac.jp)

までご連絡ください

## 学会発表をしました

入院棟東3階 吉田涼麻さんが9月7日・8日に開催された第49回日本看護学会 一急性期看護一学術集会にて「全身麻酔下における経尿道的手術・検査の新たな飲水開始基準の安全性評価 ~むせ・せき込み、消化器症状の発生率調査~」を発表(口演)しました。

看護研究・教育センター 保科英子センター長が8月24日・25日に開催された第22回日本看護管理学会学術集会にて「看護師の自律性とエビデンスの活用状況および研究実施の関係に関する研究」「地域病院看護部へのフィジカルアセスメント研修支援の1事例実践報告」の2題を発表(ポスター)しました。



【編集後記】猛暑続きの夏が過ぎ、やっと爽やかな秋風を感じられるようになりました。数年前に訪れた小豆島の寒霞渓で見た紅葉は赤・黄・茶のコントラストが鮮やかだった印象があります。先日、高齢者施設の職員向けに「看取りについて」の研修を行いました。EBPワークショップで取り上げた論文のテーマも「高齢者のエンド・オブ・ライフケア」についてでした。高齢者だけに限ったことではありませんが、どのように人生の最終段階を迎えるか、誰にとつての最善なのか、身内の看取りを通していても難しさを感じています。(馬場)