

看護師の腰痛対策として、持ち上げない看護の導入をはじめました

HPH職員チーム

1. はじめに：「ハート（看護の心）とハード（補助具）で、より良い看護と働きやすい職場を作ります」

HPHの職員を対象としたヘルスプロモーション活動のテーマとして、今年度は看護師の腰痛対策に取り組むことになりました。当院の病棟看護師の調査では、仕事の支障を感じるような強い腰痛を感じる看護師は18.5%で、腰痛が病棟看護師の大きな健康問題であることが明らかになりました。

そこで、今回、滋賀医科大学衛生学教室との共同研究で持ち上げない看護の導入を行うことになりました。腰痛の軽減を図ることで、看護の仕事の負担を軽減し、看護の質を上げる余力を作り、患者満足度の向上に貢献したいと考えています。



2. 持ち上げない看護とは



世界中で看護師の腰痛による健康障害が問題となっています。そこで、海外では人力だけによる患者の持ち上げを法律で規制して看護師の健康を守ろうとする動きが広がっています。人力だけによらない働き方を可能とするため、腰職場環境の改善と補助具の積極的な活用がすすめられています。

3. 当院での持ち上げない看護の導入計画

当院での持ち上げない看護は、補助具としては主にスライディングシートを導入し、同時に、労働安全衛生委員会と連携して職場環境の改善を図ります。

4. 持ち上げない看護の導入のための導入前教育

希望病棟を募り5病棟を対象に導入することになりました。導入前の状態の把握のために腰痛に関するアンケート調査と、労働負担評価のための筋電図調査を実施しました。

持ち上げない看護の教育として、滋賀医科大学衛生学教室の先生方を講師に8/26に管理者を対象とした講習会を実施しました。そして、8/27には、対象病棟の看護師に対する実習を行いました。実習は、病棟でのリーダー養成のためのリーダー研修とその他のスタッフに対するスタッフ研修です。実習では、殆どの職員がスライディングシートを使用するのは初めての経験でしたが、丁寧な指導を受けて、ベッド上での移動、体位変換、ベッド間の移動をスライディングシートを使ってスムーズに実施できるようになりました。また、リフトのデモンストレーションも行い、リフトの取り扱い、試乗体験も実施し、将来的なリフト導入を見越した取り組みも行いました。

9月から、スライディングシートを病棟で導入しますが、適切な使用ができるように、HPH職員チームで巡視をしながら普及をすすめていく予定にしています。

なお、今回の取り組みは、来年、台湾で開催される第20回HPH国際カンファレンスで発表の予定にしています。日本の看護師の腰痛対策のエビデンスとして活用される成果を出していきたいと考えています。

