

第2回 シンポジウムが開催されました！

テーマ：睡眠



10月2日に第2回目のシンポジウムを開催しました。前回のシンポジウムから身近な事だけど、困りごとが多いことをテーマにあげており、今回は「睡眠」について、3分野の認定看護師からプレゼンテーションを行いました。



糖尿病看護認定看護師からは**血糖コントロールが不良だと睡眠障害につながる**という血糖値と睡眠の関係性や、**糖尿病患者の約4割に睡眠障害があり、健常者の約2倍**であるとの発表があり、そのデータに受講者からは驚きの声が上がっていました。

集中ケア認定看護師からは、**睡眠の特徴や、もたらす影響**などを紹介があり、睡眠への支援を考える良い機会となったとの反応を得る事ができました。

緩和ケア認定看護師からは睡眠へのケアとしてリラクゼーションに関するポイントを紹介され、その中の「**触れるケア**」では実際に隣の人と背中にタッチし、伝わる温かさを実感する事が出来、具体的な支援を学ぶ事が出来たと反応を得る事ができました。

看護を行う上で、日常的な支援ではあるけれども困っている事はたくさんあると思います。睡眠への支援は看護師として、患者の治療と休息の狭間で日々悩む事だと思います。今回のシンポジウムでは少しでも患者さんへ良質な睡眠を提供する事が出来るよう、私達認定看護師の立場から知識・技術の伝達を行う事が出来たのではないかと思います。



次回のシンポジウムは1月開催予定です

