

2. 「看護実践者がいきいきと働くために」産業保健の立場から

産業医科大学 産業保健学部 産業・地域看護学
准教授 八谷百合子

看護実践者がいきいきと働くためには、どのような準備が必要か、産業保健の立場からお話したいと思います。

内容は、以下の通りです。

1. 日頃のケア
 - ・ラインによるケア
 - ・相談窓口によるケア
2. 看護師が体調不良になったときの支援
 - ・なぜ、体調不良になりやすいのか
 - ・体調不良になったときの対応
3. 職場復帰
 - ・職場復帰の流れ
 - ・復職支援の紹介

ここでは、看護実践者を主に看護師として考えます。いきいきと働くためには、まず、自己の健康管理が大切です。しかし、医療従事者の中でも、看護師は仕事による身体的負担、精神的負担が大きく、体調を崩しやすい状況です。

そこで、組織として、日頃はどのようなケアをすべきかご説明致します。看護師は、健康管理のプロである、セルフケア能力が高い、周囲のサポートが十分に得られるであろうと思われがちです。しかし、看護師は患者の命を預かるというストレスフルな環境で働いています。自身の健康を維持していくためには、セルフケアだけでは難しく、周囲の支援が必要です。その点について述べたいと思います。

次に、看護師が体調不良になったときの対応についてご紹介致します。体調不良になる原因について説明し、どのような状況の時に受診を勧めるかについて解説致します。

最後に職場復帰についてご説明致します。病気休暇や休職より職場に戻る時は、あらかじめ手順を決めておき、本人、上司、人事労務担当者、産業医や産業保健師の納得の上で、職場復帰を進めます。定期的な産業医面談を実施し、段階的に仕事の内容や量を変えて行き、元の仕事量に戻します。よって、しばらくは産業医面談が必要です。また、具体的な復職支援にも触れながらご説明致します。皆様のこれからの活動の糧となることを願っています。