

バイエル ニュースレター

Vol.3
俵 IVF
クリニック

専門的な不妊治療に加え、体質改善外来やメンタルヘルス外来など、幅広い視野で不妊にアプローチしている「俵IVFクリニック」。食生活や禁煙など健康な身体づくりには、看護師も重要な役割を担っています。その詳しい方法について、診療部・部長代理の大川知子さんにお話を伺いました。

「体質改善外来」での 成果を受けて、 さらに体重や栄養管理に 重きをおくように

開院当初から、患者さんの体重管理などに気を配っていましたが、より生活習慣改善などに力を入れるようになったのは、院内に新たに「体質改善外来」が開設されてからです。この外来では一般的な不妊治療とは別に、妊娠を目指すうえで大切な“健康な身体=妊娠しやすい身体”をつくるため、生活習慣を改善する診療を行っています。体重や血圧のコントロール、ストレスを軽減することで、妊娠に結びついた患者さんも多くいらっしゃった。その結果を踏まえ、普段の食生活や体調管理がいかに大切かということを再認識し、現在は栄養士をはじめ、看護師もきめこまかいサポートを心がけるようになりました。



医療法人社団
俵IVFクリニック
診療部
大川知子さん

プロフィール

俵IVFクリニック診療部・部長代理。小児科、婦人科担当の経験を経て同院に勤務し、今年で9年目。つねに勉強をし続ける俵史子院長の姿勢に感銘。業務に従事しながら、自らも勉強、勉強の毎日だとか。

不妊治療専門 俵IVFクリニック



アクセス

静岡駅南口交差点より西へ徒歩4分
〒422-8066
静岡県静岡市駿河区泉町2-20
TEL 054-288-2882

インフォメーション

- * 完全予約制
インターネット予約
(電話予約)
- * 休診日 日曜・祝日



初診後の患者さんには全員に 看護師が個別に対応し、 妊娠に向けた身体づくりの 情報を提供

当院では初診の後に、検査の詳しい内容や特殊外来のご案内、禁煙や栄養など妊娠にとって必要な「身体づくり」の重要性などをわかりやすくプリント資料にまとめ、それをご覧いただきながら、患者さん一人ひとりにご説明しています。患者さんの数は多い時で1日120人ほど。それでも看護師は全員に個別に対応を行っています。まずはこれが第一段階。不妊治療を始めるにあたって、知識の吸収と心構えをしていただくのですが、意識が高い方はこれだけで生活習慣の改善にまじめに取り組まれるケースもあります。



看護師からのちょっとした声かけで 意識やモチベーションがアップ

体重過多の人の場合などは、カルテに「体重チェック」という付箋が貼ってあり、診察前に体重計測をするのですが、その時に「最近、どうですか?」「間食をもう少し控えてみましょうか」など、必ず看護師から声かけをするようにしています。栄養等に関しては専門的なアドバイスではありませんが、ちょっとしたひと言でも「見てくれている人がいる」ということで、患者さんの意識はだいぶ変わってくるようですね。少しでも体重が減った時は「頑張りましたね」の言葉で、モチベーションの向上につながるようです。



前回のアドバイス内容や接する際の注意点なども 情報共有し、スムーズにコミュニケーションを

患者さんとは密にコミュニケーションをとっていますが、毎回、同じ方に同じ看護師がつくことはできません。そこで、スタッフ全員が情報の共有をできるように、電子カルテに「健康診断」という項目を設けています。そこをクリックすると、医師の治療方針や血圧、体重、禁煙の状態などに加え、「食事が不規則なので、3食きちんと食べるように指導した」など、前回看護師がどのように指導したかということもメモされているんですね。また、「体重のことを厳しく指摘すると落ち込んでしまうので、言葉遣いに気をつけるように」など、その患者さんと接する時の注意点も。これらの情報は栄養指導をする管理栄養士も見ることができるので、誰がいつ患者さんに接してもスムーズに対応することができます。



column

栄養指導の 専門家も常駐

ダイエットがなかなかうまくいかない人は、管理栄養士による栄養相談を。メニュー提案や足すべき栄養素など、さらに具体的な食生活指導を受けることができます。

強制的な指導はせず、ちょっとできる提案で ハードルを下げて取り組みやすく

患者さんへの声かけの際、気をつけているのは「強制をしない」ということ。ちょっとできる提案、今日からできる提案を心がけています。たとえばジムに通うことが難しそうな方には「1日20分でも、ご主人と近所に散歩に出かけてみては?」「お買い物の時、少し遠くの駐車場に車を停めて歩くのもいいですよ」など。強制されるとハードルが上がってしまいますが、そのような提案だと「頑張ってみようかな」という意識が生まれますから。食事に関しても、その方の普段の食生活を聞いて、取り組みやすいアドバイスをしています。

column

患者さん重視の 看護体制

友だち感覚で話せる若い看護師、お母さんのように安心して相談できるベテラン看護師など、患者さんに合わせて柔軟に対応しています。



誰にも相談できない
ストレスが肥満や喫煙の
原因にも。
何でも話せる場所を
提供するのも大切な役割

不妊はご本人にとってとてもデリケートな問題。親しい友人や職場でもなかなか悩みを打ち明けられず、それがストレスになって肥満や喫煙習慣につながることも。本格的にダイエットや禁煙を始める前に、元になっているストレスを軽減するためにも私たちは重要な役割を担っていると思います。不妊治療は長期間の治療になることが多いので、何でも話せる居心地のいい場所をつくり、その環境の中で心を開いて治療と健康な身体づくりに臨んでいただくことが大切。明確な説明を心がけるだけでなく、聞き上手にもなって、妊娠前から妊娠初期の12週まで、さまざまな分野のスタッフ、専門家が手厚くサポートするようにしています。



 バイエル

授かるまえから、始める愛情。

赤ちゃんを育む栄養を、
妊娠前から。 **エレビット®**



妊娠計画や妊娠中の方のための栄養補給を目的とするものです。胎児の栄養補給を目的とするものではありません。また、製品の摂取により妊娠の確率に影響するものではありません。健康な赤ちゃんが生まれてくることを保証するものではなく、あくまでお母さんの栄養補給のためのものです。製品についての情報は医師や薬剤師におたずねください。※妊娠準備期間 LJP.MKT.CH.07.2017.0413 バイエル薬品株式会社

バイエル薬品株式会社

LJP.MKT.CH.09.2017.0516 【資料番号 ELE170136】