

看護師国家試験対策

# 最後の 必修チェック講座



氏名	
----	--

看護国試専門予備校

さわ研究所

<http://sawa-kenkyujo.com/>

《1 章》

4・年齢別人口

	年少人口/0～14 歳	生産年齢人口/15～64 歳	老年人口/65 歳以上
平成 30 年	1. ( ) %	2. ( ) %	3. ( ) %

7・世帯数

	夫婦と未婚の子	単独	夫婦のみ	ひとり親と未婚の子	三世帯
平成 30 年	4. ( ) %	5. ( ) %	24.1 %	7.2 %	6. ( ) %

9・出生と死亡の動向

	出生数	出生率	合計特殊出生率
平成 30 年	7. ( ) 人	8. ( )	9. ( )

10・死因の概要

	第 1 位	第 2 位	第 3 位
平成 30 年	10. ( ) 【約 27.4 %】	心疾患 【約 15.3 %】	老衰 【約 8.0 %】

11・平均余命、平均寿命

《平均寿命》

	男性	女性
平成 30 年	11. ( ) 年	12. ( ) 年

19・活動と運動、レクリエーション

《運動習慣が身体機能に与える影響》

①関節の拘縮や筋力の低下を防ぐ	⑤呼吸や循環のはたらきを活発にさせる
②食欲を亢進させ、便秘を予防する	⑥体脂肪率の減少
③新陳代謝を促進し、基礎代謝量を増加する	⑦1 回心拍出量の増加
④気分を爽快にして、ストレスを軽減させる	⑧最大換気量の増加

27・水質、大気、土壌

四日市公害【喘息】	→ 硫黄酸化物
光化学スモッグ	→ 炭酸水素、窒素酸化物
吸入による健康被害	→ PM2.5
乳癌	→ ダイオキシン
循環式浴槽の水質汚染	→ レジオネラ
イタイイタイ病	→ カドミウム
水俣病	→ 水銀

30・職業と疾病【平成 30 年】

業務上疾病発生状況の第 1 位は 13. ( ) 【68.4 %】である。

負傷に起因する疾病：【災害性腰痛 57.8 %、腰痛以外 10.6 %】

アスベスト	→	肺癌・14. ( )
ベンゼン中毒	→	骨髄性疾患【再生不良性貧血など】
ベンチジン	→	膀胱癌
振動器具	→	15. ( )
ヒ素	→	皮膚癌

VDT 作業による健康障害として、16. ( )、17. ( )【視力障害】、18. ( ) などがあ  
る。

34・医療保険の種類

19. ( ) 保険【職域保険】、20. ( ) 保険【地域保険】、21. ( ) の3本  
柱で成り立っている。

国民健康保険の保険者は 22. ( )、国民健康保険組合。平成 30 年4月から都道府県が加わった。

42・要介護認定・要支援の認定

「介護認定」の申請手続きする先は、保険者である 23. ( )、24. ( ) である。  
介護認定審査会にて要介護認定の区分が判定される。 / 主治医の意見書が必要となる。

60・保健師助産師看護師の業務

看護師の医療従事届の届出の間隔は 25. ( ) 年毎である。

保助看法<<第5条>>

看護師とは、26. ( ) の免許を受けて、27. ( ) 若しくは 28. ( ) に対する療養上  
の世話又は 29. ( ) の補助を行うことを業とする者をいう。

61・保健師助産師看護師の義務

保助看法：<<第42条の2>> → 30. ( ) 義務

保健師、看護師又は准看護師は、正当な理由がなくその業務上知り得た人の秘密を漏らしてはならない。  
保健師、看護師又准看護師でなくなった後においても同様とする。

<<II章>>

65・基本的欲求

<<マズロー-A.Hの階層説>>

31. ( ) 欲求 → 32. ( ) 欲求 → 所属・愛情欲求 → 承認・自尊欲求 → 自己実現

71・〈胎児期〉形態的発達と異常

【5週】超音波断層法 33. ( ) 確認

【7週】超音波断層法 34. ( ) 確認

【12週】超音波ドップラー法 100% 35. ( ) 聴取

【16週】36. ( ) 完成

【34週頃】肺 37. ( ) の完成

<<胎児循環>>

3つの近道	血流路
卵円孔	38. ( ) → 39. ( )
動脈管【ボタロー管】	肺動脈 → 40. ( )
静脈管【アランチウス管】	臍静脈 → 41. ( )

73・〈新生児期・乳児期〉身体の発育

低出生体重児	42. ( ) g 未満
極低出生体重児	43. ( ) g 未満
超低出生体重児	44. ( ) g 未満

≪身長、体重の増加の目安≫

	3～4ヶ月	1歳	2歳半	4歳半
身長	×	45. ( ) 倍	×	46. ( ) 倍
体重	2倍	47. ( ) 倍	4倍	48. ( ) 倍

小泉門は 49. ( ) ～ 50. ( ) ヶ月で、大泉門は 51. ( ) までに閉鎖する。

乳歯は生後 52. ( ) ヶ月頃に下顎中切歯からはえ始め 1歳で8本、53. ( ) で全 20 本生え揃う。

85・〈思春期〉第二次性徴

女性の第二次性徴： 卵胞ホルモン【エストロゲン】の分泌によるもの。

乳腺の発育 → 陰毛発生 → 54. ( ) → 腋毛発生 → 皮下脂肪の蓄積 → 骨端線閉鎖

92・〈老年期〉身体的機能の変化

	細胞内液	細胞外液	全体水分量
成人	40%	20%	60%
老年	55. ( ) ～ 56. ( ) %	57. ( ) %	58. ( ) ～ 59. ( ) %
電解質	60. ( ) が多い	61. ( ) が多い	

感音性難聴…老人性難聴【高音域が聞こえにくい】高音閾値の 62. ( ) である。

103・訪問看護ステーション

訪問看護の対象となるのは、63. ( )。利用する際は、主治医の 64. ( ) 書が必要。

管理責任者になれるのは常勤の 65. ( ) ・ 66. ( ) のみ。

開設には、最低常勤換算 67. ( ) 人の看護職員が必要。

訪問できるのは、保健師、看護師、准看護師、PT、OT、ST。

68. ( ) 法、69. ( ) 法、70. ( ) 法の3つの法律に基づく。

≪Ⅲ章≫

118・運動系

脊椎	骨の個数	彎曲
頸椎	71. ( ) 個の椎骨	72. ( )
胸椎	73. ( ) 個の椎骨	74. ( )
腰椎	75. ( ) 個の椎骨	76. ( )
仙骨	5つの仙椎が1つに癒合	後彎
尾骨	3～5個の尾椎が癒合	

下腿骨折時ギプス固定中に生じやすい麻痺は、77. ( ) 神経麻痺。

心筋は横紋筋で 78. ( ) 筋である。

120・循環器系

全身に送り出す心臓の部位は左心室で血液は 79. ( ) である。

全身から戻ってくる心臓の部位は右心房で血液は 80. ( ) である。

肺動脈の血液は 81. ( )、肺静脈の血液は 82. ( ) である。

121・血液、体液

血球成分	赤血球	白血球	血小板
はたらき	83. ( )	84. ( )	85. ( )

フィブリノゲンは 86. ( ) 因子である。

血漿と等張のブドウ糖溶液の濃度は 87. ( ) %である。

生理食塩水の塩化ナトリウム濃度は 88. ( ) %である。

128・内分泌系

涙腺は 89. ( ) 分泌器官である。

低血糖によって下垂体の前葉から 90. ( ) 刺激ホルモンの分泌は促進される。

甲状腺機能低下症では、91. ( ) 体温が生じる。

甲状腺機能検査を受ける患者の検査食は 92. ( ) 制限食である。

130・妊娠・分娩・産褥の経過

受精から着床までの期間は 93. ( ) ~ 94. ( ) 日である。

受精卵の正常な着床部位は 95. ( ) である。

流産	妊娠 96. ( ) 週6日【97. ( ) 週末満】の中絶
早産	妊娠 98. ( ) 週0日から妊娠 99. ( ) 週6日【100. ( ) 週末満】の分娩
正期産	妊娠 101. ( ) 週0日から妊娠 102. ( ) 週6日【103. ( ) 週末満】の分娩
過期産	妊娠 104. ( ) 週0日以降の分娩

分娩予定日は最終月経の第1日に 105. ( ) 日【40週】を加えた日

胎児の頭部が子宮口に最も近い胎位は 106. ( ) 位である。

《分娩各期》

分娩第1期	分娩開始から 107. ( ) まで
分娩第2期	108. ( ) から 109. ( ) 娩出まで
分娩第3期	110. ( ) 娩出から 111. ( ) 娩出まで
分娩第4期	分娩後 112. ( ) 時間まで

分娩第2期に 113. ( ) ・114. ( ) が生じる。

分娩所要時間 115. ( ) 期から 116. ( ) 期までをいう。

直接授乳により産褥期の 117. ( ) 収縮が促される。

132・死の三徴候

死の三徴候	118. ( )、119. ( ) 120. ( ) 【 および 121. ( ) 反射の消失 】
脳死判定	① 深昏睡 JCS 122. ( )、GCS 123. ( ) 点 ② 124. ( ) 固定【両側4mm以上】 ③ すべての 125. ( ) の消失【対光反射・角膜反射など】 ④ 平坦 126. ( ) ⑤ 127. ( ) の停止

#### 140・黄疸

黄疸の原因は 128. ( ) である。黄疸固有の症状としては 129. ( ) の黄染、  
130. ( ) の黄染、特に閉塞性黄疸で顕著となるのは、皮膚の 131. ( ) 感、132. ( ) 色尿と  
133. ( ) 色便。

#### 144・チアノーゼ

酸欠などからくる 134. ( ) や 135. ( ) が青紫色になる状態のこと。  
临床上では還元ヘモグロビンの絶対量が増加する。【毛細血管で還元ヘモグロビン5g/dL 以上である。】

#### 147・不整脈

徐脈性の不整脈では 136. ( ) が生じる可能性がある。  
137. ( ) 細動は緊急性が高く、電気的除細動器の適応となる不整脈である。  
AED の機能は 138. ( ) である。

#### 149・悪心、嘔吐

激しい嘔吐は、胃酸が減少するために 139. ( ) 性 140. ( ) となる。  
頻回の嘔吐では、141. ( ) に注意が必要である。  
胆汁が混入していることを示す吐物の色は 142. ( ) 色である。  
嘔吐時には窒息を防ぐために 143. ( ) 位とする。または顔を横に向ける。

#### 153・乏尿、無尿、頻尿、多尿

尿生成障害	乏尿【144. ( ) mL/日以下】
	無尿【145. ( ) mL/日以下】
尿の排出障害	— 尿閉
排尿回数の増加	— 頻尿【8回/日以上】
	1日の尿量 2,500mL 以上 — 多尿

#### 155・貧血

ヘモグロビン濃度 男性：146. ( ) g/dL 以下 女性：147. ( ) g/dL 以下

《妊娠貧血》

ヘモグロビン濃度：148. ( ) g/dL 未満	ヘマトクリット値【Ht】149. ( ) %未満
---------------------------	--------------------------

《貧血の種類》

貧血	原因
鉄欠乏性貧血	150. ( ) 不足
巨赤芽球性貧血	151. ( ) 不足
溶血性貧血	自己免疫疾患
再生不良性貧血	不明
腎性貧血	152. ( ) 産生低下

#### 161・生活習慣病

生活習慣病とは、高血圧、糖尿病、虚血性心疾患、脳血管疾患、悪性新生物など、日々の良くない生活習慣の積み重ねによって引き起こされる疾患である。

《疾病予防対策》

一次予防	健康を増進し、発病を予防【 153. ( ) の改善など 】
二次予防	早期発見、早期治療【 154. ( ) など 】
三次予防	社会復帰【 155. ( ) など 】

脂質異常症は、156. ( ) 硬化に最も関連がある。

加齢による身体的変化では 157. ( ) 期血圧の上昇が認められる。

脳血管疾患でみられる症状では 158. ( ) がみられる。

《糖尿病診断基準》

①早朝空腹時血糖	159. ( ) mg/dL 以上
②75g OGTT【2時間後血糖値】	160. ( ) mg/dL 以上
③随時血糖	161. ( ) mg/dL 以上
④HbA <sub>1c</sub> 【グリコヘモグロビン】	162. ( ) %

《糖尿病の慢性三大合併症》

し・163. ( ) め・164. ( ) じ・165. ( )

飲酒に起因する健康障害に 166. ( ) がある。

BMI の式：体重 (kg) ÷身長 (m)<sup>2</sup>

ヤセ	普通	肥満
167. ( )	22	168. ( )

《メタボリックシンドローム【 169. ( ) 症候群 】の診断基準》

腹囲	男性：170. ( ) cm以上、女性：171. ( ) cm以上
空腹時血糖	172. ( ) mg/dL 以上
HDL コレステロール	173. ( ) mg/dL 未満
血圧	収縮期 174. ( ) mm Hg 以上、 拡張期 175. ( ) mm Hg 以上のいずれか、または両方

163・感染症

母体から胎児への感染を 176. ( ) 感染、177. ( ) 感染という。

インフルエンザは 178. ( ) 感染する。

MRSA【 179. ( ) 菌 】に有効な治療は抗菌薬の 180. ( ) 製剤である。

《食中毒》

ノロウイルス、カンピロバクター、寄生虫、自然毒、びどう球菌、サルモネラ菌、ウェルシュ菌、腸管出血性大腸菌など
--

《ウイルス性肝炎》

A 型肝炎ウイルス：181. ( ) 感染 → 治療：安静臥床、対処療法

B 型肝炎ウイルス：182. ( )、母子感染、性行為などの血液・体液による感染

C 型肝炎ウイルス：B 型肝炎ウイルスと同じ → 治療：抗ウイルス薬である 183. ( )

《結核》

結核は 184. ( ) 類感染症で 185. ( ) 感染に感染する。  
予防法として 186. ( ) による予防接種がある。

《HIV》

HIV は 187. ( ) ウイルスで AIDS を発症させる。  
感染経路は HIV 感染者との 188. ( ) 行為、HIV に汚染された血液製剤の輸血、母子感染など。  
ニューモシスチス肺炎、カポジ肉腫などの 189. ( ) 感染を発症すると AIDS と診断される。

《特殊なウイルス感染症》

子宮頸癌は、190. ( ) ウイルスにより発症する。  
成人 T 細胞白血病は、191. ( ) 【HTLV】により発症する。

165・小児の疾患

《麻疹》

原因：192. ( ) ウイルス 感染経路：193. ( ) 感染・空気感染 好発年齢：1～5歳  
潜伏期：約9～11日  
カタル期：3～4日 発熱、咳、鼻汁【最も感染力が強い】  
口腔粘膜に 194. ( ) 斑、195. ( ) 性発熱  
発疹期：4～5日 解熱と同時に皮膚に発疹  
回復期：解熱、咳嗽は数日持続 発疹は、バラ色→暗赤色→色素沈着へと変化

《風疹》

原因：196. ( ) ウイルス 感染経路：197. ( ) 感染  
発熱と同時に発疹を認め、色素沈着を残さない。  
妊娠初期の妊婦感染 → 胎児の先天性風疹症候群【白内障、難聴、心奇形】

173・強心薬、抗不整脈薬

ジギタリスは 198. ( ) 薬【ジギタリス製剤】で強心作用を持つ薬剤である。  
副作用：ジギタリス中毒【徐脈性不整脈、悪心、嘔吐など】

184・麻薬

強オピオイド	モルヒネ、オキシコドン、フェンタニル
弱オピオイド	リン酸コデイン
非オピオイド	199. ( ) 【非ステロイド性消炎剤】

モルヒネの副作用	対処法
腸蠕動抑制による便秘	200. ( ) 剤
呼吸抑制	201. ( )

麻薬注射液の使用後のアンプルは 202. ( ) 者に返却する。

186・禁忌

15%塩化カリウムは静脈内注射を行う際には、203. ( ) の危険性があるため必ず希釈して用いる。  
204. ( ) 性潰瘍時、インドメタシン服用薬の使用は禁忌である。

グレープフルーツは、205. ( ) 拮抗薬の服用時に避けた方がよい食品である。

添付文書には医薬品に関する禁忌を示すことが定められている。

ビタミン 206. ( ) は、ワルファリンと拮抗作用がある。

無尿時には原則として 207. ( ) の投与は禁忌である。

208. ( )、209. ( ) 症ではアトロピンの投与は禁忌である。

## 187・保存法

### 《薬物の表示法と保管法》

	ラベルの表示	保管
毒薬	黒地に白わく、白字をもって 薬品名と 毒(毒) の表示 	カギをかけた場所 ほかの医薬品と区別
劇薬	白地に赤わく、赤字をもって 薬品名と 劇(劇) の表示 	ほかの医薬品と区別
普通薬	特定の取り決めなし	特定の取り決めなし
麻薬	麻(麻) の表示 	カギをかけた堅固な設備 (麻薬金庫) ほかの医薬品と区別
向精神薬	向(向) の表示 	カギをかけた設備

## 《IV章》

### 197・バイタルサインの測定

成人の安静時：体温 36～37℃、脈拍 60～80/分、呼吸 12～15/分

【直腸温 > 口腔温・耳内温 > 腋窩温】…直腸温は外部環境に最も影響されにくい。

### 《 血圧 (mmHg) 》

分類	収縮期血圧		拡張期血圧
至適血圧	210. ( ) 未満	かつ	211. ( ) 未満
正常	130 未満	かつ/または	85 未満
正常高値	140 未満	かつ/または	90 未満
I 度高血圧	212. ( ) 以上	かつ/または	213. ( ) 以上
II 度高血圧	160 以上	かつ/または	100 以上
III 度高血圧	180 以上	かつ/または	110 以上

成人：幅 12～14 cm、長さ 22～24 cm

乳児のバイタルサインで最初に測定するのは 214. ( ) である。

### 198・意識レベルの評価

JCS【ジャパン・コーマ・スケール】Ⅲ-300 は 215. ( ) の状態である。

JCS Ⅲ-300 と同等なのは GCS 216. ( ) 点

【E 217. ( ) 点・V 218. ( ) 点・M 219. ( ) 点】

### 205・導尿

男性の導尿：220. ( ) ～ 221. ( ) cm

女性の導尿：222. ( ) ～ 223. ( ) cm

膀胱留置カテーテル固定用バルーンに入れるのは 224. ( ) である。

206・浣腸

温度	浣腸液	挿入長さ	体位	我慢
225. ( ) °C 前後	50%グリセリン液 2%せっけん液 生理食塩水 微温湯	226. ( ) cm 程度	227. ( ) 側臥位	3~5 分程度

211・移動・移送

ベッドから車いすへ移譲する際、健側に 228. ( ) 度程度の角度をつけて設置する。  
ストレッチャーによる平地移送では患者の 229. ( ) 側から進み、斜面移送では頭が高くなる方向で進む。

231・標準予防策〈スタンダードプリコーション〉

あらゆる患者の 230. ( ) を除く体液、血液、分泌物、排泄物、粘膜、231. ( ) を感染性物質として取り扱うこと。

237・経管・経腸栄養法

経鼻経管栄養剤の有害事象では 232. ( ) がある。  
経鼻経管栄養法の体位は 233. ( )、半坐位が適切である。  
成人の鼻孔から噴門までの長さは 234. ( ) ~ 235. ( ) cm である。  
チューブが胃内に挿入されている確認方法として、236. ( ) 音の確認、237. ( ) の吸引、腹部の 238. ( ) 撮影である。

239・与薬方法

各注射	ゲージ【G】	刺入角度
皮内注射	26~27G	皮膚に平行
皮下注射	23~25G	10~30度
筋肉内注射	21~23G	三角筋 239. ( ) ~ 240. ( ) 度 中殿筋 241. ( ) 度
静脈内注射	21~23G【翼状針】 18~24G【静脈留置針】	10~20度

246・採血方法

静脈血採血	242. ( ) ~ 243. ( ) G	10~30度
-------	-----------------------	--------

刺入部位より中枢側の上 244. ( ) ~ 245. ( ) cm に駆血帯を巻く。【駆血帯は 1 分以内とする】  
針の刃面を 246. ( ) に向けて刺入する。採血後は 247. ( ) 分程度の圧迫止血を行う。

257・気管内吸引

吸引	吸引圧	無菌操作
口腔内吸引	-100 ~ -150 mm Hg	【-】
鼻腔内吸引	-80 ~ -150 mm Hg	【-】
気管内吸引	-100 ~ -150 mm Hg	無菌

吸引時間は 248. ( ) 秒以内で 249. ( ) に注意する。

266・トリアージ

トリアージとは傷病者が多数発生した場合に、限りある医療資源を有効に活用し、傷病者の重症度と緊急度に応じて治療順位を決めていくことである。

順位	分類	識別色	傷病状態及び病態	具体的事例
第1順位	最優先治療群 【重症群】	赤色	生命の危機的状況で緊急治療を要する	気道閉塞、呼吸困難、意識障害、ショック、大量の外出血、腹腔内出血、広範囲熱傷、気道熱傷、クラッシュ・シンドロームなど
第2順位	待機的治疗群 【中等症群】	黄色	2～3 時間処置を遅らせても悪化しない準緊急治療群で入院加療が必要なケース	脊髄損傷、四肢長管骨骨折、中等度熱傷など
第3順位	保留群 【軽症群】	緑色	自力歩行可能で通院できる軽症群	通院処置が可能な以下の傷病者脱臼、打撲、捻挫、擦過傷、軽度熱傷、過換気症候群など
第4順位	【死亡群】	黒色	心肺蘇生を施しても蘇生の可能性がないもの	心肺停止状態の傷病者

トリアージの装着場所は、右手首→左手首→右足首→左足首→首の順

269・褥瘡の予防・処置

《ブレードスケール》褥瘡発生予測スケール

250. ( ) とズレ	1 問題有り	2 潜在的問題有り	3 問題無し	
251. ( ) 性	1 全く体動なし	2 非常に限られる	3 やや限られる	4 自由に体動する
252. ( )	1 常に湿っている	2 大抵湿っている	3 時々湿っている	4 めったに湿っていない
253. ( ) の認知	1 全く知覚なし	2 重度の障害あり	3 軽度の障害あり	4 障害なし
254. ( ) 性	1 臥床	2 坐位可能	3 時々歩行可能	4 歩行可能
255. ( ) 状態	1 不良	2 やや不良	3 良好	4 非常に良好

23 点満点で病院では 256. ( ) 点以下が、褥瘡ハイリスク状態としている。

《NPUAP 分類》

第Ⅰ度	257. ( ) があり、皮膚の損傷がないもの。表皮
第Ⅱ度	びらんや 258. ( ) ・潰瘍を形成したもの。真皮
第Ⅲ度	皮膚は 259. ( ) 層が損傷され、潰瘍形成が皮下組織にまで及ぶもの。
第Ⅳ度	損傷が 260. ( ) や 261. ( ) にまで達したもの。



受講生限定 無断転載・複製厳禁

**【東京本社】**

〒100-0004 東京都千代田区大手町2-1-1 大手町野村ビル19階  
TEL 03-5200-1717 FAX 03-5200-1718

**非売品**

R2