



特別講演

「離・黙・不触」の試練をこえた 私たちのケアの未来は？

ふじ内科クリニック 院長 内藤 いづみ氏

人生には「友人」が必要

コロナ禍において、テーマにもある「離れる、黙る、触らない」ということを、私たちや世界中の人がソーシャルディスタンスという名前で今、体験しています。医療や福祉の現場では一般の人に比べ、この障壁を越えて、感染対策に非常に気を遣いながら寄り添っています。それでも大きな障害を抱えながら過ごしている状態だと思えます。今後、私たちが強さを取り戻してこの時代を乗り越え、そしてトータルペインをどう支えるかを考えていきましょう。

私が全国各地で講演をすると、「家族で看取ることを理想と礼賛するが、独居では自分らしく最後まで自宅で過ごすことはできないのか」という質問が必ず出ます。その答えについて、いろいろな人と出会い、関わるうちにだんだんと分かってきたことは、人生の最

終章に必要なのは家族だけでなく、ソーシャルな関わりを持つ隣人や友人だということです。家族が遠く離れている場合などは、近所を話したり、時々一緒に出掛けたりする「友人」が、実はとても大事なのだと思うようになりました。

ある高齢の一人暮らしの患者さんは、私の本を読んで、自分もつと困った時にはこの先生に頼もうと決心し、タクシーで来院しました。本人の希望で月2回往診に行き、そばに寄り添って話したり笑い合う関係になりました。

自分の選択の結果を愛する

この人にとって、私たちは医療者と患者というだけでなく、垣根を越えて、一番親しい友人になったのではないかと思います。いつか、この家を離れて施設に入ることになっても、あなたを大切に思

う友人として、何でも相談してほしいと伝えていました。独居のため、いよいよ自宅で暮らすことが難しくなってくると、冷静に介護施設への入所を検討し、さまざまな施設を自分で見学して入所先を決めました。この人は多くのことを自分で調べ、考えて決定していました。私はこれが一番大切な基本だと考えています。



トータルペインの4つの柱

イギリスのホスピスケアでは、主に進行がんによる体の痛みの緩和をメインに、それに伴う心の苦しみと社会的な痛みの緩和も目指します。また、クリスチャンが多い国なので、スピリチュアルな部分のケアも大切にされています。この4つを合わせたトータルペインの緩和がホスピスケアであると学んできました。

がんの場合は体の痛みがさまざまなじいので、まずは薬などで体の痛みの緩和に努めます。現代では、ともすると薬によってペインゼロにすることに集中しやすいですが、それによってもっと大事なものを失ってしまう場合があることを忘れてはいけません。

人間は体と心だけではないからです。絆という社会的要素と、風や星の光など自然が作るスピリチュアルな力も、人間を支え、形作る要素です。それぞれの要素に寄り添うことが、トータルペインの緩和につながります。単に強い痛み止めを使用して、場合によっては眠らせるというのは、トータル

ペインを支えていることにはならないと感じます。

社会的活動としてのホスピス

現代ホスピスの母と呼ばれるシリリー・ソングラス女医の個人レッスンを受けた際、日本でホスピスケアの活動をするなら社会的な活動にすることが必要だと言われました。帰国し、故郷である山梨県に戻った時、その言葉を胸に小さな事務所を借りて、日本での在宅ホスピスケアを始めました。

大きな病院ではなく、自分のやりたいことができる道を選んだおかげで、リスクを抱えながらも好きなことができて良かったと感じています。

私の信念の一つに、非常に入念なケア会議があります。患者さんが望む最期をきちんと全うできるように、関係者一人ひとりと話をし、伝達漏れのないように確実に共有しています。連絡があれば夜中でも行きますからと。

いろいろな難しいことはあります。でも、その人を大事に思い、その人の命の最期まで関わるということは、本当に大きな責任だと

思っています。人の命に責任を持つというのは、非常にエネルギーが要ることです。

今、コロナ禍にあつて私たちは、いわばフレイルになっています。旅もせず、会合も会食もせず、人と離れて過ごすことで、医療者自身もトータルにエネルギーが落ちていくのです。そこを自覚して、自分たちのリハビリも始めてください。

社会的な絆を取り戻す

私たちは今、コロナ禍収束のために4つの要素を無視して、絆はあるけど近寄らないようにして過ごしています。もしも収束後に、離れている方が楽だとか、困っている人を支えるのは面倒くさいと考えるようになったら、人間を人間たらしめる絆の要素は本当に消えてしまいます。つまり、人間の未来が危うくなるということです。

今こそ、医療や福祉の現場で、社会的な絆をもう一度取り戻すには、自分たちがどうすべきかを考えていただきたいと思います。コロナ禍以前に戻るのではなく、進化したトータルペインを支えるために、皆さんが地域で何を行動していくかがとても大事になります。

研究発表

テーマ

『退院支援』

座長 河西 美貴子

茅野市国保リバーサイドクリニック 看護師長



- 退院後に内服の自己管理が困難な患者への管理方法の検討
- 誤嚥性肺炎再発リスクのある認知症患者家族の食事への思いと肺炎予防のための退院指導
- 退院後合同訪問を実施して
一患者家族・病棟・在宅関係者とのワンチーム構築を目指して
- 地域包括ケア病棟から自宅退院する患者と家族への看護介入
一退院前後訪問を行って

研究発表

テーマ

『病棟看護』

座長 鬼崎 喜代美

組合立諏訪中央病院 地域連携副部長兼副看護部長



- ほうじ茶による手浴方法の臭い減少の効果
- 自己導尿を開始する患者との関わり
- 脳卒中後うつ状態となった患者の精神的苦痛を緩和する関わり
一急性期から慢性期における看護一
- 初産時の出産後にうつ傾向になった経産婦への関わり