

〈焦点2〉

今振り返る、感じ、考えた、見た わたしのケアリングマインド

岩見喜久子

カレスサッポロ クリニカルシミュレーションセンター

My Caring Mind to Look Back Now: Feeling, Thinking, Attending

Kikuko Iwami

Caress Sapporo Clinical Simulation Center

キーワード	
ケアリング	caring
ケアリングマインド	caring mind
タクティールケア	taktil care

I. はじめに

私の長い看護職人生の中での経験を振り返り、①タクティールケアで出会ったAさん、②臨床看護婦時代の子供たち、③看護師よりケアする人と思えた理学療法士、この3つの事例からケアリングについて考察しました。

II. 最近、感じたこと

3月末、あさがきたというNHKの番組の最終放送で白岡あさが、若い女子たちを集めて話をしている場面があります。「人のことを思いはばかる頭脳と柔らかい心があれば、人の役にたつことができる」

この言葉が私の中に残ったのは、人間には、最期まで、誰かの何かの役に立ちたいという心があると考えると、ケアする人である看護師は、対象者との相互的な関わりの中で成長していくはず。

時々みかける「声もかけずにサクシオンする光景」や「体位変換」。「今、行ったばかりですよ」と認知症患者への排泄ケア場面等で、ケアを受ける患者は私たち看護者を頼りにするだろうか、柔らかいころはあるだろうか、あると言っているが、表現されているだろうか?と、現任教育に関わってきた私は、伝えきれない自分を責めていたからです。

ケアリングは、メイヤロフとノディングスのケアリング論の比較から「人間対人間の関係性を主軸に、ケアする人とケアされる人の相互関係によって、双方が成長していく関係性のこと」¹⁾であり、関係性を築いていく過程で「目の前にいる人を大切に思う気持ち」²⁾のケアリングマインドが育まれていきます。ますます、ケアを受ける人とケアする人が育ち合う仕事をしなければと思いました。

III. タクティールケアで出会ったAさんとのケアリング

現任教育を担当していた前施設で、看護部倫理委員会の事例検討会で私ができることにタクティールケアがあり始めることになりました。

Aさんは、50代の女性、うつ病、認知障害、器質的精神障害等の病名でした。

気管切開チューブでしたが、会話は可能、ヒステリックな行動が起きていました。

要求が通らないと大声で繰り返し、一つの要求が通らないと別の要求を繰り返すので、病棟のスタッフが対応に苦慮していました。

委員会では、膀胱留置カテーテルを抜去しトイレで排泄、口から摂取は可能かを検討し、タクティールケアは私の非常勤に合わせて週2回で始めました。

3年半の過程でAさんはコーヒーが飲めるようになり、つぶし粥食が食べられるようになりました。こういう時期は、タクティール中も「トイレ」、「痰とって」ということは少ない状況です。タクティールをしながら家族のこと、住んだ地域、過去にしていた仕事、スマップの中居くんが好きなどの話を小さな声で細々と会話し、デイルームのテレビの内容が話題になって落ち着いた時間を持てるようになりました。

肺炎も何度か起きていました。ある日、コードブルーがかかり(私は役にたたなくても)病棟にあがりました。Aさんでした。初期治療で意識状態も回復したので、そばを離れようとしたとき「タクティールは、まだ?」と言われ、Aさんの日常にタクティールが位置づけされていたのだとわかりました。タクティールケアを通して関係性が築けていたのです。

ケアリングは、相互作用、相互成長、双方向性です。私の手が相手の心に届き、発語がなくてもあってもケアする人の手を通じて呼びおこされる。ケアする人、される人双方で通じ合う時は、時に葛藤することであっても成長することになります。

Aさんは、このまま、状態が落ち着いている訳ではなく、「痰とって」「トイレへ行く」「薬まだ」と言いつづけることが頻回な日もあります。好きなりハビリ担当者がいなくなることで、心が乱れてしまう状況になることもありました。

ある日、デイルームでAさんが車椅子に座り私は床の座布団に座り足のテクティールケアをしていた時、私は突然足がつり痛くて身動きがとれなくなり手を離し「足がつったので少し待っていてください」と伝えました。すぐ「いいから早くやって」と頭のうえで言うので、「Aさん、たまには他の人のことも考えましようよ」と私が言うと、いつも一緒にデイルームにいて時々痰でゴロゴロしているBさん(気管内チューブが挿入されている)を見て、「あの人の痰をとってやって」というのです。はじめて他の患者に関心を寄せた言葉でした。

私は、Aさんがしたいことを2人でみつけることが出来なく悩み、安定をはかれることを探し、葛藤していた時期もありました。Aさんとのタクティールを通してのケアリング過程を図1に示します。

年月がたち何度か肺炎を繰り返し、足関節の捻挫と同時に下痢が続き臥床時間が長くなったことも影響して臥床状態となりタクティールケアをベットサイドでしていました。意識も薄らぎ厳しい状況となり、誕生日頃かなあと推測していましたが、その1週間後でした。その日は徐々に血圧も下がってきていて、仕事で外に出て病室に戻った夕方、モニターがフラットになりました。「Aさんまた、一緒にタクティールしましょうね」と言い、エンゼルケア後、迎えの車がくるまで息子さんと思い出話しをし、Aさんと息子さんと別れました。

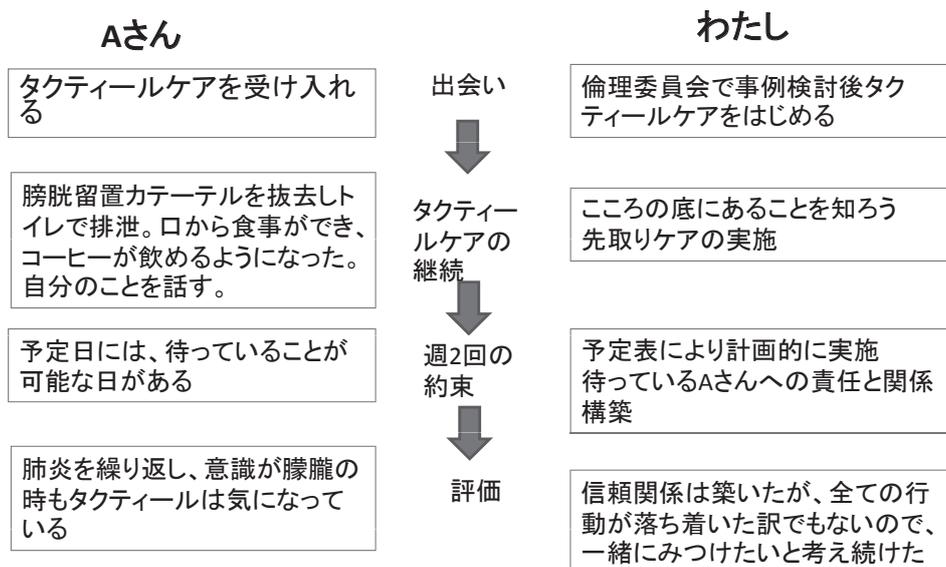


図1 Aさんとのタクティールケアでの過程

息子さんは、育ててくれたおじいさんを半年前に亡くし、ひとりぼっちになってしまいました。

図2に示したように、Aさんとの関わりで私を感じ、考え、見たことを今、振り返りケアリングを考えることができました。臨床の看護師に一時戻してもらい、待っていてくれる喜びを得ることができ、手を通したケアについて考える大事な時間をAさんからもらうことができ、最大の教育者でした。

何時ごろからか、心を亡くすという漢字の「忙しい、忙しい」が口癖という時代になっていますが、患者が主役の事例を語り合うことで育ち合う環境創りをもう一度取り戻す必要があると思います。

IV. タクティールケアとは

タクティールケアは、6月1日のNHKの「ガッテン」の触れるケアで放映されていてごらんになった方もいると思いますが、スウェーデンが発祥で、日本に入ってきて10年位になります。語源はラテン語の「タクティリス」で触れるという意味があります。

スウェーデンの未熟児医療に関わっていた看護師達によって1960年代に見出されました。スウェーデンの医療界では、補完代替療法に位置付けられ医師が処方箋を発行すると言われています。

非言語的コミュニケーション方法のひとつで、背中や足、手を包み込むように優しく触れるケアで、触れるタツ

チとマッサージの中間的なケアです。目的は、認知症、高齢者の行動・心理症状（BPSD）を和らげる、また、がんなどの緩和ケアに用いられます。触れる手の温かさが脳に届きオキシトシンというホルモンが脳下垂体から出されて、安心感やストレスを軽減します。

ケアをしている私にもオキシトシンがでてきていることなのです。

V. 約40年前の臨床看護婦時代の事例

Hちゃんは、片足を骨肉腫という病気のため手術で失っていました。治療で寛解の時期には小学校に行きます。自転車に片足で乗る方法を先輩から伝授されていました。「さらば茨戸の湖よ」主人公が書いた本に掲載されているような自転車です。

こういう時期が長く続かず肺に転移、治療、学校、また治療を繰り返し、とうとう終末期になりました。準夜の時、「岩見さん呼んで」といい、(ない)足が痛い、ベットをつきやぶっていたり、天井の方を向いたりして・・・私は両方の下肢をさすりました。しばらくして「少し楽になる注射をして眠ろう」と提案、「それは絶対いやだ」というのでずーとさすりつづけました。準夜勤務は2人です。相棒は「あなたの患者も見るからとHちゃんのそばにいて」と、こんな時代でした。今、研修でこの話をすると、チームでない患者のことはわからないので「私たちにはできません」と返ってきます。



図2 Aさんとのタクティールケアでの振り返り

Sちゃんとの思い出は、治療が終わって学校へ行き、左上肢が病巣でしたので、調理実習の時大根を頬で抑えて切っていたとお母さんから聞き、子供の生きる力の強さを学び、それに応える実践力をつける努力をすることを私は自分に言い聞かせました。

Sちゃんに、病院職員のクリスマス会で、病棟から何を演目にするか相談し、書いて指導してくれたのが、テレビ番組「欽ちゃんのどこまでやるの!」の中での「わらべ」の「めだかの兄妹」という歌と踊りです。きつい治療を受ける子供たちとのひと時から、「患者が看護者の最大の教育者」とさらに強く思えた時代でした。

このような時代を共に仕事した仲間は、40年たった今でも「あの頃私たちは看護していたよね」と言い合っています。患者と共にあること、そして一方通行でないケアする人、ケアを受ける人の関係性を築く力もケアリングマインドと言えます。

VI. 医療を受ける立場になって

最近医療を受ける人になって看護師よりケアする人に出会いました。膝を損傷しリハビリを受けることになり、仕事には行けましたが、膝が曲がらない、疼痛、階段昇降に支障があり、もうそろそろスキーをあきらめるということ? 通院時間の工夫など、落ち込んでいる私に、担当の理学療法士が「共有しましょう」と投げかけてくれました。普段頻繁に使っている「共有」という言葉が人との関わりの中で投げかけられて、新鮮な響きを感じ、一緒に伴走してくれるサポーターができたと思いました。信頼関係が作られ、安心感がうまれたのです。右側の脱力が良くなり、左に移る。左は力が入ったまま、また右側に移る。すると左の脱力が可能となった。技術の手と患者を見ている姿勢が一致している。人として対等であり10年間自身の技術を磨き研究し続けた彼は、患者の心と身体を回復するプロセスを共有してくれた本物の専門家だと思えました。

私の質問に「自分の力でよくなっていく手助けをしていて当たり前のことですよ、治っている、いないではなく、よくなっていると思うといいですよ」というのです。まさに患者の「患」という漢字である心に刺さった串を抜いてもらいました。

この行為は、看護が取り戻さなければならないことだと感じています。

VII. 自宅で「看護を語ろう楽学塾」を開講

平成21年から「看護を語ろう楽学塾」を自宅で始めました。在院日数の短縮、ベットサイドにいる時間の減少、看護師不足、離職者やメンタルの不調者の増などで看護を取り巻く環境が変化してきました。この頃から熱く患者のことを語り合うことが少なくなってきたように感じ、師長からの報告では「時間がない」「忙しい」の言葉が聞かれ、私は、「こんな感動体験があったんです」を聞かせてと聞いていましたが、減ってきていました。このような話を看護学校の後輩と話をし、「そうだ、語る場所をつくろう」と定年退職の2年後に始めました。

自宅にこだわったのは、コーヒーを飲みおやつを食べながら気軽に集まり、語る場所にしかたなかったからです。しかし、井戸端会議になってはいけなないので、年間計画の基、テーマと話題提供者を決め、運営しています。

この「看護を語ろう楽学塾」の楽しく学ぶ場の主旨を以下のように示しています。

1. 医療を取りまくめぐるしい環境変化に疲弊することなく生涯にわたり楽しく学び続けよう。
2. 互いに認め合って共に育ち、元気に仕事を続けよう。
3. 所属や職位、職種に関係なく、集まれる人が集まれる時に参加する。
4. テーマに基づいた語り合いの中で、自分を楽にしたり、リフレッシュして参加者相互で創る場にしよう、と掲げています。

楽しく感じることを、楽に行動し、次の楽しみにする、3楽が基盤です。

この塾で学び合っている内容を図3に示します。

ケアリングマインドを持ち続けるのに役に立ちたいと願っています。

VIII. みんなが幸せになるには?

心を亡くすと書く、「忙しい」と言う言葉がケアする人の成長をさまたげているように思います。現場をみると患者の目の前を通りすぎているのです。

患者と共に有る時間と場を創り、心から聴くことで、「こなし型看護」から脱却する有り方を考え続けた

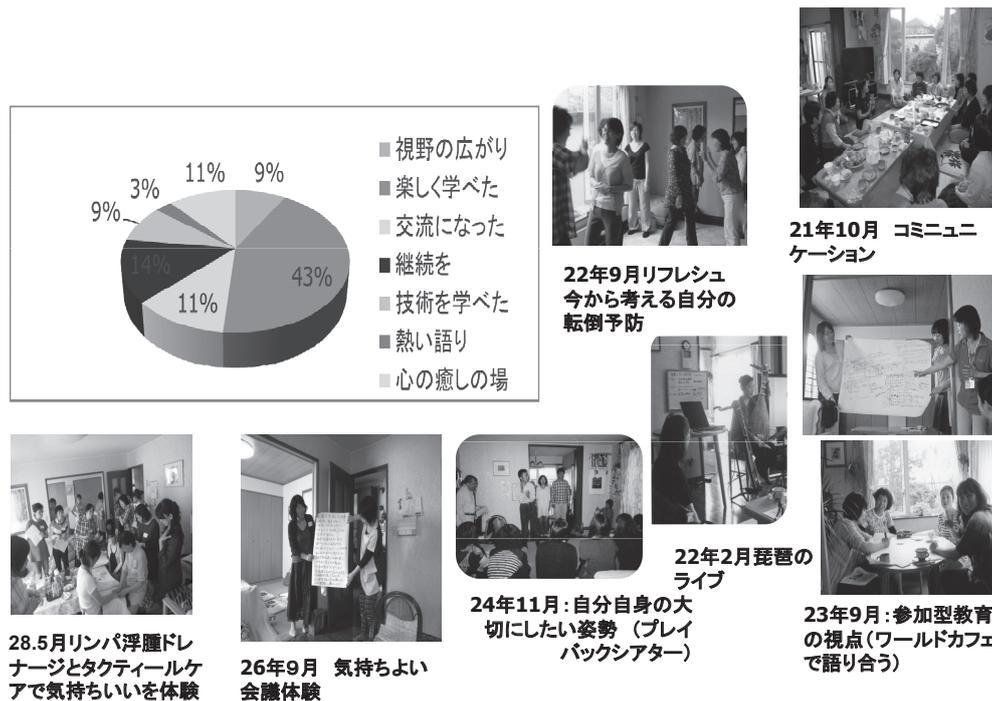


図3 看護を語ろう楽学塾で、学びあったこと

と思います。看護という仕事にも時代が変わろうと変えてはいけない、変わらないもの（普遍的なもの）があると考えます。それは、「まず考えよう患者さんのこと」です。このことが看護という仕事を大事にすることにつながり、ケアする人として自分の成長をもたらせ、ケアを受ける人への良質なケアの提供となりケアリングという相互成長が形成され则认为ます。

文献

- 1) 佐藤聖一:看護におけるケアリングとは何か, 新潟清陵学会誌, 3(1), 2010
- 2) 活水女子大学:「看護系大学から発信するケアリング・アイランド九州沖縄構想 <http://www.kwassui.ac.jp/university/>
- 3) 城ヶ端初子:ケアとケアリングー看護をはぐくむはじめの一步ー
- 4) 安酸史子:看護学教育における教育方法論としてのケアリングの導入に向けて, 福岡県立大学看護学部紀要 1:1-2, 2003
- 5) 佐藤幸子, 井上京子, 新野美紀, 鎌田美千子, 小林美名子, 藤澤洋子, 矢本美子:看護に

おけるケアリング概念の検討ーわが国におけるケアリング概念の検討, 山形保健医療研究, 7, 2004

- 6) 大西文字子:看護のこころを育む実践, 第15回日本赤十字看護学会学術集会 会長講演, 日赤看会誌 15(1), 1-65, 2015
- 7) 佐藤正子:ケアリング・マインド育成の前提となる「高齢者観」ー「重度寝たきり高齢者」を中心としてー, 東北大学大学院教育学研究科研究年報, 51, 2003
- 8) タクティールケア普及を考える会編 著:スウェーデン生まれの究極の癒し術 タクティールケア入門