

七つ森

第13号



表紙・作品： S 様



水のように

緩和ケアセンター長 T.N.

先日NHKビデオを観た。プラネットアースというシリーズだ。山の頂で誕生した水が、川となって海にたどり着くまでに育まれる動物たちの様々な命の物語が、美しい背景とともに貴重なタイミングで切りとられ、見事に映像化されていた。人類だけでなく地球上に生きる動物たちにとって水というものの大切さを改めて教えてくれる内容だった。

みず。そういえば水の動きには学ぶところが少なくない。重力という援助をもらいながら、より低いほうへと流れていってくれる。人はとかく上を目指すことを求め、低いほうに位置するのを嫌うものだが、水は低い皆が嫌がる場所へ率先して突き進んでいくように見えなくもない。実に愚直かつ謙虚だ。また、地形、器、気象などによって柔軟に形を変えることができている。相手に逆らうことなく合わせつつ、しかも相手に無限の恵みをもたらしている。素晴らしい。

ところで、進行がんになったときに人はどのような対処法をとるのだろうか。おそらく現代医療の粋を尽してその恩恵を受けたいと思う人が多かろう。だが、老化を食い止めることができないように、また水が低いところから高いところへは向かわないように、少しずつ残り時間に限りがあると自覚せざるをえなくなる。がんになっただけで誰もが人間的に成長できるというわけではないが、がんになるということは自分を見つめ直し、将来を見据える絶好の機会を与えられたといっても言い過ぎではないと思う。当然辛く悲しい感情も沸き起こるであろうが、その経験を通して見えてくるのはかけがえのない気づきもたらされるということだ。水の進む方向を振り返ることで、忘れかけた大切な事柄を思い出させてくれるような気がする。

「名医になることは難しいものだが、良医には努力しただけでなれる」ということを学生時代に解剖学の恩師から教わった。緩和ケア病棟では病気を治すための治療をやらない以上、いわゆる名医たることはそもそもできないが、患者さんの思いに近づこうと話をじっくり聴くことはできる。そういえば普段やっていることは患者さんの歩調に合わせて、相手が嫌がることをしない、謙虚に話を聴くということに尽きる。ああ、そうか。これも水のように振る舞うだけでよかったのか。



緩和ケアセンター 10年を迎えて

緩和ケアセンター 看護師長 K.A.

2000年10月に東北大学病院に緩和ケアセンターが開設されてから10年がたちました。これまで1500名近い患者さんのお世話をさせていただきました。

国立大学病院で初めての緩和ケア病棟で開設準備から軌道に乗るまでのご苦労はどのように大変なものであったかと思われます。山室前教授、石上前師長、現在の中保センター長を初めスタッフ方々の努力に感謝申し上げます。

緩和ケアセンターは悪性腫瘍の疾患があり、さまざまな身体的・精神的苦痛がある方々とそのご家族に対し、毎日を出来るだけ有意義にお過ごしいただくことを目的としております。患者さんのお話に耳を傾け、つらい症状を和らげるとともに、ご家族にも随時適切な対応を行っていくよう心がけています。高度な疼痛制御や全人的ケアをチームで支援しています。

チーム医療の主なものは精神科医師によるリエゾンコンサルテーションや家族教室開催、理学療法士によるリハビリカンファランス、栄養相談、音楽療法などです。

30名のボランティアの方々にはコーディネーターの伊東さんを中心に、センター内に温もりの空間、社会的環境を作り出し、家庭的・人間的関わりを保つよう日々お世話していただいています。生花を飾り、花壇のお手入れ、年間行事のひなまつり・七夕・クリスマスコンサートや節分の豆まきなどにご協力いただき、患者さん・ご家族に喜んでいただいています。

私たち看護師は情報を提供し、患者さん・家族の決定を支える事をモットーに日々看護にあたっています。カンファレンスなどで患者さん・家族の思いに沿ったケアの実践を検討しています。提供したケアが適切であったかどうか、振り返りながら患者さんが希望していることが、患者さんが満足できる提案が、家族はどうだったのかスタッフ間で話し合いを持っています。まだまだ不十分な点があるかと思ひます、何かお気づきの点がありましたら、なんでもお話ししていただければ改善していきたいと考えています。

患者さんによりよい療養環境を提供していくよう今後とも看護師一同努力していきたいと思ひます。





10周年記念パーティーにて



ミニコンサートにて



緩和ケアセンターでの家族教室について

医学系研究科保健学専攻 H.S.

私は、平成17年2月より、コンサルテーション・リエゾンサービス（CLS）のメンバーの1人として、2週間に1度、緩和ケアセンターを中心に活動して現在に至っています。

その活動は、主治医や看護師とのカンファレンスに参加して、患者様の心理的および精神的の問題に対するアドバイスが主ですが、主治医の判断あるいは患者様やそのご家族からの要望がある場合には、患者様やそのご家族との面談にも応じています。また、患者様だけではなく、そのご家族の心理的および精神的な問題のご相談も受けています。

CLSの一環として、平成19年度から3年間の科学研究費補助金を受けて、「緩和ケアにおける家族教室での家族支援」を行ってきました。平成20年には「緩和ケアに入院された方のご家族のために」という小冊子を作成しました。その小冊子をもとにして、平成21年4月より、毎週火曜日午前11時から緩和ケアセンターの面談室で、2回で完結する形式での「家族教室」を実施しています。「家族教室」では、患者様のこれからの過ごし方や起こしやすい症状をご理解頂き、ご家族の皆様のごころのケアをご支援したいと思い、行っております。

これまでに多くのご家族に参加して頂き、またアンケートにもご協力頂きました。その中で、現在困っていることや相談したいことでは、患者様のことだけでなく、ご自身のことを記載されておられる方が多く、ご家族の方のつらさを感じ、日常生活で支障をきたしておられる方が決して少なくないことがわかりました。特に、現在困っていることでは、患者様の症状に関することよりも、ご自身の身体的ないし精神的問題や患者様との過ごし方、他のご家族の心配などに関することが多く記載されていました。患者様のごことで相談したいことにつきましては、病状の進行とその対応が主でした。家族教室には、お一人の方のみの参加だったり、複数の方の参加だったり、その時によって異なりますが、参加されて、気





持ちが落ち着いたとか楽になったといった回答、同席された方の経験談がよかったといった回答などがありました。日頃のつらさを話す機会の少ないご家族の場合には、家族教室がつらさを話す場となって、気持ちが落ち着いたとの感想をお持ちになったのかもしれませんが。ご自身のつらさを誰かにご相談できればよいのですが、そのような機会がない場合には、つらさが蓄積して、身体的問題や精神的問題が顕在化することもあるのではないかと思います。家族教室に複数の方が参加された場合には、現在のつらさあるいは以前に経験したつらさが他のご家族も同様に経験していることを知り、またお互いにそのつらさを語ることによって体験を共有することが、つらさの軽減につながるのかもしれない。

ご家族の方はつらさをお持ちの場合でも、それを自ら乗り越える力もお持ちだと思います。ご家族の方がそのつらさを話したり、またご家族の方がお互いに語り合うことによって、自らにあった対処法を身につけ、そのつらさを乗り越えることができるのではないかと思います。その様な場を提供し、これからの過ごし方や症状に関する情報を提供することによって、ご家族の方の負担を少しでも軽減することができればと思っています。





リハビリテーション部

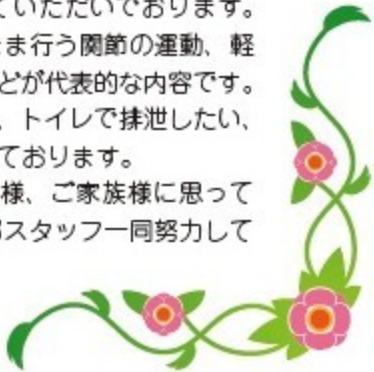
作業療法士 K.T.

リハビリテーションという言葉は、ラテン語のre(再び)とhabilitas(能力)が語源で、「社会的復権」を意味すると言われていています。疾患からの回復だけでなく、事業の運営状態の回復、個人の評価や信望の回復、身分や地位・権利・基本的人権の回復など、多様な意味を持ちます。余談ですが、かのジャンヌ・ダルクが異端者として火刑になり、後に宗教裁判でキリスト教徒として復権が認められた時にも、リハビリテーションという言葉が用いられたそうです。

日本では医療的な意味で、リハビリテーションという言葉が浸透しています。一般的にはリハビリというと理学療法士が行う「運動療法」のイメージが強いと思います。「回復」というイメージの強いリハビリテーションは、一見緩和医療とは方向性が一致しないように思われるかもしれませんが、現在のリハビリテーションは、目的として生活の質(quality of life :QOL)を重視しています。近年「がんのリハビリテーション」という分野も国のレベルで注目されるようになりました。私自身は、その方がその方らしい「よりよい生活を送るための援助」がリハビリテーションと考えていますので、緩和ケアの分野においても微力ながら患者様のお力になれることがあると自負しています。

当リハビリテーション部が緩和ケア病棟に本格的に関わるようになって、約2年半が経過しました。リハビリテーション部は理学療法士、言語療法士、作業療法士の3つの職種スタッフ、緩和ケア病棟スタッフと連携をとりながら、日々患者様と関わらせていただいております。患者様やご家族様が何を望んでおられるのか(ニーズ)をお聞きしながら、そのニーズにあった治療手段を選択しております。また、「リハビリって何やってくれるの?」「体調悪くて運動なんかできない」といった患者様にも、病状を把握し、患者様のニーズを探りながら、提供できるサービスのご提案をさせていただいております。リラクゼーションを兼ねたマッサージや寝たまま行う関節の運動、軽い体操や歩行練習、車いすでのお散歩、手芸などが代表的な内容です。また、なるべくご自身の事はご自身でやりたい、トイレで排泄したい、など身の回りのご希望にも対応させていただいております。

「リハビリ、やってみて良かったな」と患者様、ご家族様に思っただけのよう、今後もリハビリテーション部スタッフ一同努力していく所存でございます。





患者様に教えられてきた 10 年

緩和ケア認定看護師 Y.N.

この度、緩和ケア分野の認定看護師の資格を取得いたしました。私がこの緩和ケアセンターに配属されて 10 年になります。振り返ると本当にあっという間で、これまで関わらせていただいた患者様やご家族のたくさんの顔が浮かびます。ここで多くの患者様やご家族と同じ時間を過ごした経験によって、私は看護師としてだけではなく、1 人の人間として成長させていただきました。

私が配属されてまだ間もない頃、ある 50 代の男性患者 A さんに「お湯を沸かすやかんってというのはどういう形をしていると思う？」と突然聞かれました。不思議な質問に戸惑いましたが、私は取っ手と注ぎ口がついた一般的なやかんの絵を描きました。すると A さんは「俺が思うやかんはただの丸だよ。ひっくり返して下から見ればそうだよ。」と話され、物事は一方向からだけでなく、いろんな側面から見ると違って見えることがあることを教えて下さいました。それ以来、A さんとの会話は忘れられず、一つの側面や表面的な部分からだけで判断せず、様々な視点から相手の感情や本当の意味を考えることを大事にしています。

この緩和ケアセンターでは、全室個室であることから、病室は患者様おひとりおひとりの「お家」という考え方をしています。ですから、検査や処置よりも患者様の体調や希望を優先させてケアを行うようにしています。もちろん、本当のご自宅の様には行きませんが、患者様とご家族ができるだけ苦痛が少なく、安心して、少しでも快適な生活が送れるようお手伝いすることが私たち看護師の役割です。これからも、患者様・ご家族やスタッフの皆さんと一緒に泣いたり笑ったりしながら、誠実で丁寧なケアを心掛けていきたいと思っています。そして今後は認定看護師として、この病棟で学ばせていただいた知識や経験を院内や他施設の看護師に少しずつ伝えていければと思っています。まだまだ未熟ではありますが、今後ともどうぞよろしくお願い致します。



すべての出会いに感謝

口腔ケアボランティア M.S.

10年前、遠く離れて暮らす父を肝細胞癌で亡くしました。亡くなる一ヶ月程前から口内炎が悪化。激しい痛みのため食事がとれなくなり、口を開けることすら拒絶するようになりました。数えるほどしか見舞えなかった私ですが、「歯磨きさせて」と声をかけると、私にはかろうじて口をあけてくれました。娘への愛情が父に口を開けさせたのでしょうか。ところが、その時目にした痛々しい口の中と父の苦痛を前に、歯科医師とは名ばかりで、私はまったくの無力でした。

当時は口の中に対する世間の関心もいまほど高くはなく、また医療の現場でも口腔内に対する重要性の認知度は低かったと思います。“口腔ケア”という言葉も一般的ではありませんでした。私も例にもれず、闘病中の患者さんの口の中で何が起きているのか、どうすればよいのか、為す術を知りませんでした。

現在では、誤嚥性肺炎の大きな原因が口腔内にあることをはじめ、口腔内の状況が全身におよぼす様々な影響が知られるようになりました。それに伴い、口腔ケアの重要性も認知されつつあります。口腔内の不快な症状を緩和するいろいろな道具や薬剤も開発されています。今だったら私も、父にもっと親孝行ができたのに・・・と、そう思う一方で、父にはしてあげられなかったけれど、いま口腔ケアを必要としている方々に、私にもなにかお役に立てることはないだろうか・・・そういう気持ちから口腔ボランティアをしたいと思うようになりました。緩和ケアセンターの中保先生や赤間師長さん、ボランティアコーディネーターの伊東さんをはじめ、スタッフの皆様のご厚意とご配慮で、いまその思いが少しずつ形になりはじめたところです。

「さっぱりした」「気持ちいい」「口の渇きが楽になった」「ご飯がおいしくなった」など、口腔ケアのあと、患者さんが口にしてくれた一言や笑顔が本当に励みになります。出会えたみな様に、少しでも気持ちのよい時間を、少しでも多く積み重ねていただけるように、今後も勉強や工夫を重ねていきたいと思っています。

美容ボランティアより

美容ボランティア A.K.

2010年、夏より美容ボランティアをさせて頂いております。

自分が美容師として、人生を歩んでいく上で人々への感謝の気持ちを忘れず、人の役に立つ事をしたく、ボランティアの場所を探しておりましたところ、病院関係の方からお話を聞き、この度、月に一度ではありますが皆様と触れ合う事になりました。

毎日の忙しい日常とは離れ、素晴らしい環境の中で皆様を美人に、美男子にすることを心掛け、施行させて頂いておりますが、その度にご本人様やご家族様から笑顔で「ありがとう」とお言葉を頂けて、私自身のほうがその優しさで感謝で心が満たされており、次の日からまた、頑張れる気がしてくるのです。

おかげでそんな月日を過ごさせて頂いております。

今後ともよろしくお願い致します。



看護スタッフとして新たに加わったメンバーより

看護師 Y.K.

今春より緩和ケア病棟に勤務させて頂いております。一般病棟との時間の流れの違いと、あまりの静寂さに驚きと戸惑いの連続でした。患者様、ご家族の皆様が何を望んでいるのか、どう向き合えばいいのか分かりませんでした。そのような時に、「家族会」に参加させて頂きました。患者様、ご家族の皆様の色々な思いを知る事ができ、今までずっと胸につかえていた思いがなくなりました。

数ヶ月ではありますが、様々な出会いと別れを経験させて頂きました。その方々からたくさんの事を教えて頂きました。

まだまだ未熟ではありますが、共に考え、泣いたり、笑ったりしながら、少しでも大切な時間を過ごせるようにお手伝いさせて頂きたいと思っております。

看護師 A.K.

緩和ケア病棟に配属となり、一年が経とうとしています。緩和ケア病棟で出会った患者さんやご家族の方々と別れも数々、経験しました。看護師として、一人の人間として、何が出来るのだろうか、と、迷い、戸惑うことも多い一年でしたが、スタッフの方々のご指導や支えがあり、学びの多い一年でもありました。

これからも、日々を学びの場として、看護師としても人としても迷いなくケアが出来るよう、努力したいと思います。

看護師 A.K.

昨年、4月から緩和ケアセンターに勤務させて頂いております。この一年、患者さんや家族の方々と出会い、たくさんのことを教えていただきました。その中で日々、寄り添う看護の喜び・難しさを感じています。至らないことも多く、悩み反省する毎日ですが、患者さんや家族の方々との関わりの中で私の方が励まされ、元気をいただき感謝しています。これから、少しずつでもそのお返しができると思っています。

まだまだ未熟ではありますが、患者さんや家族の方々が必要な時間を穏やかに過ごせるお手伝いができるよう、努力していきます。





看護師 S.O.

4月より、緩和ケアセンターで勤務させて頂いています。きれいなお花や心癒される写真、木目の壁や家具、カーペットの敷いてある廊下、七つ森が眼下に見える眺めの良い環境、そんな素晴らしい環境の中、生きている今を大切に、その人らしく、一緒に泣いたりしながら、楽しく安楽にお過ごしただけですように、少しでもお手伝いできればと、日々思いながら過ごさせて頂いております。

また、逆に、患者様やご家族の方々より人間として教えて頂くことも多く、感謝すると共に、これからも看護師として、人間として、少しずつでも成長していき、感謝の返上ができますよう、努力していきたいと思っております。

看護助手 K.O

4月に大学病院の採用が決まり、配属となったのが緩和ケア病棟でした。初めの頃は、堅くなり慣れない仕事にぐったりでした。一ヶ月ほどは過ぎ、その緊張をほどしてくれたのは一人の患者さんでした。

「いつもありがとう、ごくろうさま」、休みの前の日は「おつかれさま。ゆっくり休んでね」と、優しい言葉をかけてくださり、逆に患者さんに励まされたのです。

緩和ケア病棟に入院して来られる患者さんやそのご家族の方々たちは、病気の告知からはじまり、辛い治療や精神的な面でも大変なご苦労を経て来られただけに、辛い中にもどこか特別な穏やかさがあるように思います。

ここに来て大切なものを患者さん方に学ばせて頂きました。看護助手として、看護師さんたちがスムーズに仕事ができるよう、そして患者さんのケアに繋がるよう、これからも一生懸命努めていきたいと思っています。





編集後記

今年も、皆さまの原稿やイラストのご協力を得て、無事に「七つ森」を発行することができました。皆さまのいろいろな思いが詰まっておりますので、一度お手にとっていただければ幸いです。

今後とも、緩和ケアセンターと「七つ森」をよろしくお願い致します。

七つ森 第13号

平成23年3月1日発行

東北大学病院 緩和ケアセンター

〒980-8574

仙台市青葉区星陵町1-1

TEL: 022-717-7986

FAX: 022-717-7989

<http://www.pcc.med.tohoku.ac.jp/>