

七つ森
第11号



表紙 挿し絵 : H.M. 様



寄稿 「お陰様で」

塩竈市 K.I. 様

妻は、人生最後の八十二日間を緩和ケアセンターで過ごさせて頂いた。病棟は明るく、みはらしの良い病室に「まるでホテルのようだね」といって、妻は久しぶりの笑みを浮かべてくれた。遠くに見える七つ森の名や、伝説を話す。日々とりとめのない話をして過ごすうち、妻は少ずつ落ち着く。安心して回りを見る。初めて二人以外の方々の存在に気付く。優しく言葉をかけてくれる、お二人の医師、こまやかな気づかいをしてくれる看護師さん、花を飾り、お茶のサービス、そして良環境づくりに努めてくれるボランティアの皆さん、音に気をつけながら室内を清掃する係の方。氷の出し方、キッチンの使い方をめんどくがらずに教えてくれる、付き添いの皆さんが、私共を支えていて下さることを知り、思わず陰で頭を下げる。しらずしらず心が豊かになる。

四十回目の結婚記念日を院内で迎え、二日後の七夕コンサートが催され、私達には何よりのプレゼントになる。患者さんのお一人が歌のあとに「朝めざめ、今日も生きてた、ありがとう」の句を口にされた。四年程前、夫婦で「朝起きて、ああ、生きていたな、有難いと思えるようになったら素晴らしい事です」という話を聞いていた。その事を思い出し、身震いするほど感激し、妻に話すと「生きているだけでもうけだね」とうなずき、私の手をそっと握って「長生きしてよ」とはげましてくれた。その日の夜ふけ、様々な想いを整理して行くと、今まで観えなかったものが観えてくる。沢山の方々に支えられ、お世話になり、妻にもはげまされ、自分で生きているのではなく、生かされている。目に見えない大きな力に生かされていることを感じる。この事は苦悩の中に有っても、必ず救いは有るとの確信が得られ、生きる力が湧いて来る。そんな私を妻は何より喜んでくれる。

時は過ぎ、八月二十七日、妻は家族全員に見守られながら、安らかに、永訣の朝を迎えた。逝く者にも、残る者にもそれぞれの癒しを与えて頂き、改めて「お陰様」を想い、感謝の心を忘れず、これからの日々を、前向きに生きて行きます。緩和ケアセンターの皆様お元気で。ご活躍を祈ります。有難うございました。





支え合って生きる

ボランティア Y.S.

看護師さんに指示を受け病室に向かう。私の顔を見たときAさんは「私もう先が長くないんだって」と泣き出される。差し込まれた手を握りしめベッドの傍にそっと座る。辛さを受け止め、傍にいることしか出来ない。手を撫でながら共に泣くことしか出来ない。彼がそっとティッシュ箱を手渡してくれ、私はAさんと自分の涙を拭く。そんな彼と私を見つめAさんは次第に落ち着いてくる。亡くなられたご両親のこと、愛する彼のこと、若い頃のこと等ぼつりぼつり話し出す。静かに耳を傾け、彼と私も思いを伝える。「私って幸せ者ね」とAさんが微笑む。その美しい微笑みは今も私の胸の中で生きている。

虚弱児に生まれた私は、何度も死の淵を親や多くの方の支えで無事乗り越え、成人まで生きられないと言われたのに結婚も出来、二人の子供にも恵まれました。憧れた看護師の道は病弱で諦め、大学時代から福祉畑の様々な活動に参加して生きてきました。

五十代半ば支えられながら癌と戦い、無事生還。残された人生をしっかりと生きてゆくため「生と死について学び、死が避けられないと悟ったときに入るホスピスがほしい」との思いで「仙台ターミナルケアを考える会」に入り、巡り会った先生とのご縁でR病院で癌の患者さんに寄り添う活動を始めました。

4年後に癌になった夫を沢山の方に支えられ悔いなく見送り、夫の約束でセンター開棟と同時に7年間いたR病院から移って今日まで活動させて頂いています。

ボランティアとして今までに様々なふれ合いをさせて頂いた方々をお見送りし、その度に辛く悲しく落ち込みますが、最後の日が訪れるまでご自分の命を精一杯生き抜かれたお一人おひとりのお姿が、そしてそれを懸命に支えられたご家族のお姿が、私に立ち直る力を与えて下さっています。

先生に痛みを和らげて頂き「天国に行く前にこの世の天国に来たみたい」と微笑まれたBさん。病室からは時々ご家族や友人と和する賛美歌が聞こえてきました。ホールで愛する娘さんの結婚式を挙げ、奥様に押された車いすの中で嬉し泣きされたCさん。1週間後安らかに旅立たれました。病状のコントロールがうまくいき、夢だった2泊3日の沖縄旅行を実現させ、「もう思い残すことはないわ」と静かに目を閉じられたDさん。

めぐり会えた方々の安らかな笑顔が私の心の中に生きており、支えて下さっています。

「家族の愛情に見守られ、信頼する先生に痛みを和らげて頂き、看護師さんやボランティアにも心を込めて接してもらって、最後の日までの1日1日を穏やかに心豊かに過ごすことが出来たら、死は決して恐くない」と活動を通して学ばされ、癌を患った1人として大きな心の安らぎを与えられています。



♪ ♪

由紀さおりさん、安田祥子さん
ミニコンサート

♪ ♪



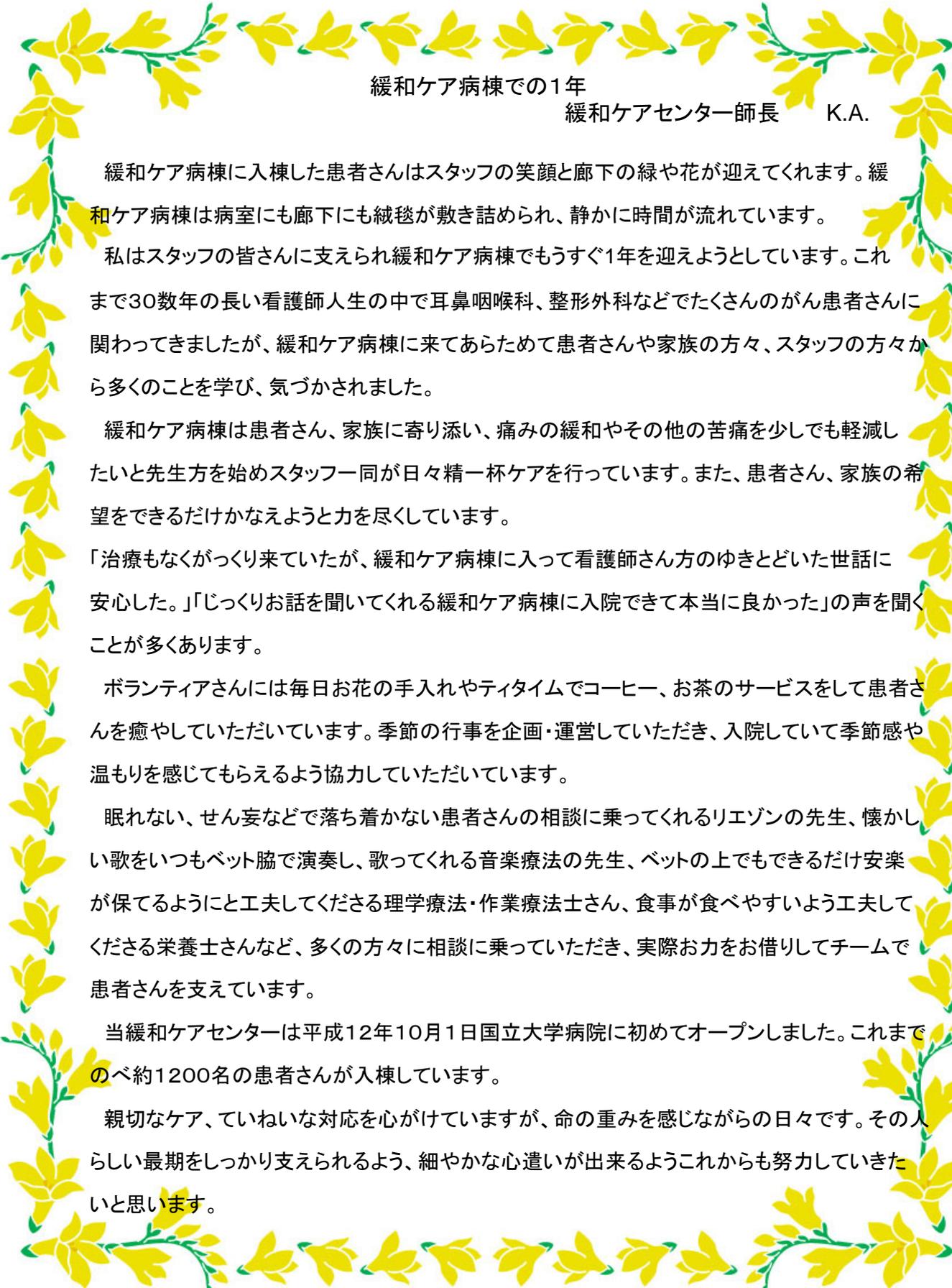
組木絵 : おひなさま



クリスマスコンサート

Merry Christmas





緩和ケア病棟での1年

緩和ケアセンター師長 K.A.

緩和ケア病棟に入棟した患者さんはスタッフの笑顔と廊下の緑や花が迎えてくれます。緩和ケア病棟は病室にも廊下にも絨毯が敷き詰められ、静かに時間が流れています。

私はスタッフの皆さんに支えられ緩和ケア病棟でもうすぐ1年を迎えようとしています。これまで30数年の長い看護師人生の中で耳鼻咽喉科、整形外科などでたくさんのがん患者さんに関わってきましたが、緩和ケア病棟に来てあらためて患者さんや家族の方々、スタッフの方々から多くのことを学び、気づかされました。

緩和ケア病棟は患者さん、家族に寄り添い、痛みの緩和やその他の苦痛を少しでも軽減したいと先生方を始めスタッフ一同が日々精一杯ケアを行っています。また、患者さん、家族の希望をできるだけかなえようと力を尽くしています。

「治療もなくながっかり来ていたが、緩和ケア病棟に入って看護師さん方のゆきとどいた世話を安心した。」「じっくりお話を聞いてくれる緩和ケア病棟に入院できて本当に良かった」の声を聞くことが多くあります。

ボランティアさんには毎日お花の手入れやティタイムでコーヒー、お茶のサービスをして患者さんを癒やしていただいています。季節の行事を企画・運営していただき、入院していて季節感や温もりを感じてもらえるよう協力していただいています。

眠れない、せん妄などで落ち着かない患者さんの相談に乗ってくれるリエゾンの先生、懐かしい歌をいつもベット脇で演奏し、歌ってくれる音楽療法の先生、ベットの上でもできるだけ安楽が保てるようにと工夫してくださる理学療法・作業療法士さん、食事が食べやすいよう工夫してくださる栄養士さんなど、多くの方々に相談に乗っていただき、実際お力をお借りしてチームで患者さんを支えています。

当緩和ケアセンターは平成12年10月1日国立大学病院に初めてオープンしました。これまでのべ約1200名の患者さんが入棟しています。

親切なケア、ていねいな対応を心がけていますが、命の重みを感じながらの日々です。その人らしい最期をしっかりと支えられるよう、細やかな心遣い出来るようこれからも努力していきたいと思えます。

看護スタッフとして新たに加わったメンバーよりひとこと

T.K.

家族の皆様には、大変お世話になり深く感謝しています。

緩和病棟初の男性看護師として勤務して間もなく1年が過ぎようとしています。

緩和病棟勤務のまだ浅い私ですが、皆様に期待される看護を提供しようと日々努力していますが、期待に答えられなく反省する毎日をおくっています。改めて緩和看護の奥深さを感じています。

最後に不器用で不慣れな私ですが、男性的な力強さと繊細な看護が出来るように努力していきたいと思います。これからもよろしくお願いします。

K.K.

緩和ケア病棟に配属になり、1年が経とうとしています。

この1年間でたくさんの出会い、別れを経験しました。

看護師として働くようになって4年目。

まだまだ看護師として未熟ですが先輩方、患者様に日々学ばせて頂いています。

これからも一人一人の出会いを大切に、患者様の思いをくみ取り、大切な時間を少しでも充実した生活ができるように援助していきたいと思います。



A.S.

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。

もうすぐ1年になります。配属当初は、一般病棟との違いに戸惑い、患者様やご家族に寄り添った看護の難しさを痛感していましたが、少しずつ慣れてきたように思います。

それは患者様とご家族との出会いからたくさんのことを教えていただいたおかげと感謝しております。

またセンターの中には毎日違うお花が飾られ季節感もあり私の癒しともなっています。

患者様やご家族に寄り添った看護は、まだまだ難しいですが、患者様、ご家族にとってほっとできる時間を過ごすことが出来るようにお手伝いさせて頂きたいと思います。

M.S.

緩和ケア病棟に配属となり1年になろうとしています。

戸惑いの多い毎日ですが、患者様との関わりの中で、その人らしい生き方とは、死とは、家族とは・・・考えさせられています。

緩和ケア病棟は、時間がゆっくり流れ、患者様とじっくり関われる環境にあり、患者様にとっても医療者にとっても非常に恵まれた環境です。

その中で私達ができることは何か、まだまだ勉強していきたいと思います。

K.S.

患者様、家族が当科にきて、何を望んでいるのか常に考え、援助することの難しさを感じています。

振り返ると、もっとしてあげられることがあったのではないかと考えることが多々あります。

振り返りを大事にし、患者様、家族が安楽に過ごせるように頑張っていきたいと思います。



E.T.

昨年4月から当緩和ケア病棟で勤務させて頂いております。不安と戸惑いの中でのスタートでしたが、多くの方に支えて頂きながらまもなく1年が経過しようとしています。

患者様、ご家族の皆様からはたくさんの事を教えて頂き、大きなパワーをもらっていることを日々実感しています。

私自身まだ未熟ではありますが、共に笑い、共に悩み、共に泣きながら、大切な時を過ごすためにお手伝いできればと思っています。



E.N.

4月から緩和ケアセンターで勤務させて頂いております。

この1年看護師として、また1人の人間として自分が問われたようなそんな気がしています。様々な出会いや別れを経験し、患者様やご家族の皆様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、患者様、ご家族の皆様が大切な時間を過ごせるよう、一緒に考えながらお手伝いさせて頂ければと思っています。

Y.Y.

海外で緩和ケアを学んだ後、その経験を活かしたく大学病院に一昨年入職し、去年4月から念願叶ってこの病棟に配属になりました。

何年も臨床から離れていたのが今も緊張の日々ですが、患者さんや家族の皆さんとの関わりの中で励まされたり、教えて頂いたりしながらなんとか1年がすぎようとしています。

一緒に泣いたり笑ったりしながら、微力ながら皆さんが素敵な時間を過ごすことができるよう、お手伝いさせて頂けると幸いです。

緩和医療科外来で思うこと

緩和医療科外来

M.T.

4月に前任者の伊藤さんから緩和医療科外来の看護を引き継ぎました。外来は患者様が緩和ケアセンターと接する最初の場合です。緊張した面持ちや、怒ったようにしていらっしゃる方がいます。これまでがん治療を受けてきた方が、緩和ケアセンターへの入院を考えるには、もう治療はしないと決断しなければなりません。そして限りある命について想いを馳せ辛く感じていることもあるでしょう。そのような患者・家族の皆様と接して感じていくことが日々たくさんあります。

あまりにも痛みが強かったA様は、緩和ということばの響きから苦痛を和らげてもらえると思っていたけど、それだけではなく人生の終焉を考えなくてはならなかったのね、と涙を流されました。またB様は、これまで自分の想いを誰にも話すことができなかったけどここで十分聞いてもらった、話したことで決心がついた、と言われました。

緩和医療科の外来は、かけがえのないひとりひとりの人生の選択の場なのだとなつくづく思います。まだまだ至らない私ですが、これからも患者・家族の皆様とよりよい関係が築けるよう心がけていきたいと思ひます。



絵(ちぎり絵): T.N. 様

円滑なギアチェンジを目指して

医学系研究科保健学専攻

H.S.

私はコンサルテーション・リエゾンサービス(CLS)担当の1人として、2週間に1度、緩和ケアセンターでのカンファレンスに参加しています。そのカンファレンスでは、患者様に精神的な問題がある場合、その問題が顕在化しないうちにどのように関わったらよいかなどを話し合っており、時には、患者様やご家族の方々との面談も受けております。

最近では、緩和ケアはがんが進行してからではなく、がんの診断や治療と併行して行うべきであるとして、平成18年に「がん対策基本法」が制定されています。その法律に基づいて、「緩和ケアチーム」が、東北大学病院にも県内のいくつかの病院と同様に設置されています。しかし、ホスピスや緩和ケアに入院することは、多くの患者様にとって現在の医学では治療方法がないことを意味しています。そのため、ホスピスや緩和ケア病棟に入院することは、根治療法あるいは延命治療を目的とした治療から症状緩和を主とした治療への「ギアチェンジ」を意味するといわれています。もちろん、患者様やご家族の方々の多くは自らの強い希望で入院されておられると思いますが、そうではなく、主治医の勧めによって入院する場合も少なからずあると思います。実際、入院後、「ギアチェンジ」を行なうことは容易ではなく、そのため、入院してまもなくは、患者様だけでなく、ご家族の方々も動揺や混乱をきたすことがあるのではないのでしょうか。むしろ、そのような経過を経ることによって、次第に「ギアチェンジ」が可能になるのかもしれませんが。

今年に入って、「がん最後まで闘うことが必要かどうか」などに関するアンケート結果が新聞に記載されておりましたので、皆様もその内容についてはご存じだと思います。「がん最後まで闘うことが必要かどうか」に関して、患者様では81%が必要と答えたのに対して、一般市民は66%、看護師は30%で、医師は19%にとどまると報告されており、医療従事者とそうでない方で大きく異なる結果を示していました。

その記事を読みながら 私は、患者様やご家族の方々に「ギアチェンジ」を強いていなかったかどうか不安になりました。どのような状況においても、常に生きる希望をもつことを否定してはならないのですが、「ギアチェンジ」を念頭においた接し方が、結果的に生きる希望を否定した接し方になっていたのではないかと思ったからです。私たち医療従事者は、それぞれの患者様の希望に応じた医療ないしケアを提供する必要があり、また私達のCLSでも、そのことに留意して活動をしていきたいと思っております。

私たちは、現在、緩和ケアセンターで、患者様のこれからの過ごし方とか症状などについて、ご家族の方々に十分理解して頂くことができればと思い、ご家族の方々を対象にした「家族教室」を行なっております。緩和ケアセンターに入院後、自らの生きる意味を見出そうとする方、なるべく死ということを考えないで過ごそうとされる方、など1つとして同じ生き方はなく、その患者様にあった生き方があるのだとお互いに理解し、そのことを踏まえつつ、ご家族の方々と話し合うことができればとおもっています。





挿し絵:白牡丹 T.K. 様

編集後記

患者さま・ご家族の皆様のご協力の下に、今年も無事に七つ森第11号を発行することができました。直筆の絵画やちぎり絵など、心のこもった素晴らしい作品の数々、さまざまな想いがこちらに伝わってきます。提供して頂いた患者さま・ご家族の皆様には心より感謝申し上げます。

今後ともスタッフ一同、力を合わせ頑張っていきますので、よろしくお願い致します。

七つ森 第11号

平成21年3月20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/>