

# 世界保健機構(WHO)による緩和ケアの定義

- 痛みやその他の苦痛な症状を和らげる。
- 生命を尊重し、死を自然の過程と認める。
- 死を早めたり、引き延ばしたりしない。
- 死を迎えるまで患者が人生を積極的に生きてゆけるように支える。
- 家族が患者の闘病経過や自分自身の死別悲嘆に対処できるように支える。

(一部抜粋)

# がん難民

- 全国各地のがんセンターや大学病院などの高機能病院で、治療ができなくなったがん患者が、医師から見放されてしまい、行き場をなくしてしまうという問題
- 高機能病院は、治せる患者を優先して診療しなければならないという使命感の裏返しでもある

# スピリチュアルケア

- 不治の病に罹患し苦しむ患者の存在と生きる意味を支える援助
- 苦しんでいる人は、自分の苦しみをわかっている人がいるとうれしい
- 苦しみとは、希望と現実の開きである

村田久行先生

小澤竹俊先生

# スピリチュアルケアの方向性

苦悩	ケアの方向性
時間性の苦悩	将来の安心と希望が持てること 今を生きる希望が持てること 生きることへの患者なりの納得ができること
関係性の苦悩	家族や大切な人とのつながりを確かめ合う 他者との関係性における葛藤に折り合える 自己の罪意識と和解すること
自律性の苦悩	生きる意味/価値/役割など、自分を価値づけることに患者なりに納得できること その人らしさが保持されること

# 癒しの関係を支えるために医療者にできること

- 目の前にいる苦悩する患者に思いやりを持って、ともにいること（compassionate presence）

# 理解者になるための聴き方

## • 反復

単なるオウム返しではない

相手の語る言葉の中から、一番大切な鍵となる言葉を中心に要約し、返します。

## • 沈黙

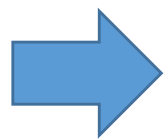
会話が続かない場面で生じる、静かな間をどのように待つことができるか

## • 問いかけ

同じ話がぐるぐる回ってしまう場合に、問題点を明確化するために、フォーカスをあてて問いかけをする。

# 燃え尽きそうになったら・・・

1. 上司の相変わらずつまらないジョークに作り笑いする余裕すらなくなる
2. 困ったさんに対してキレル元気すらない
3. 患者さんに対して作り笑顔で接した後、1人で大きなため息をもらす
4. 表情筋は動かないのに、仕事帰りに突然意味不明な涙が流れる
5. 患者さんを名前でなく、「あの人」「あの症例」とか呼び始める
6. なんてこんなことをやってんだろ」「無意味だよな・・・」と思いはめる



とにかく寝ること！

3日寝れば自分も世界も変わると信じよう！！

# その日までその人らしく

- どのような道（選択肢）を選んでも、意味があるとお話しています。
- 市立病院の緩和ケアチームの皆さん、特に緩和ケア認定看護師の黒澤看護師長さん、いつもありがとうございます。
- 新型コロナが面会制限をはじめ、病院を取り巻く環境を大きく変えてしまいました・・・
- 看護師さんのケア、関わりで、患者さんが家で過ごせたり、入院中の笑顔が生まれたり、と感じています。