第 31 回看護の日事業

看護職員等からの体験談

当協会は、平成 20 年度（第 18 回）から「看護の日」にちなんで、「新人看護師からの体験談」を募集し、優秀作品を表彰してきました。平成 26 年度（第 24 回）からは、看護師養成機関からも募集するようになり、今年度は 97 件の応募がありました。どの作品にも、患者さんとの関わりを通して学び、看護への思いを深め、さらに気持ちを新たに看護に取り組んでいこうとする思いがあふれていました。

応募して頂いた方々をはじめ、各施設の皆様に心より感謝申し上げます。

その中から、受賞者 6 名の作品をここに紹介します。

受　賞　者

最優秀賞　　1 名

五十嵐　智夏　（市立砺波総合病院）

優秀賞　　2 名

大浦　美枝　（富山県済生会高岡病院）

中林　和香子　（富山県立中央病院）

特別賞　　3 名

加藤　芙優　（富山市立看護専門学校）

野村　莉央　（厚生連高岡病院）

三井　めぐみ　（富山県立中央病院）

参加賞　　91 名

公益社団法人 富山県看護協会

最優秀賞

私の看護を変えてくれたユマニチュード

市立砺波総合病院　五十嵐（いがらし）　智夏（ちか）

内科病棟の患者さんの中には認知症の高齢者が多くいる。話している途中に突然怒り出したり、ケアをさせてもらえなかったりすることもあり、私は日々、認知症の患者さんとの関わり方は難しいと感じていた。

誤嚥（ごえん）性肺炎で入院したＡさんは、認知症で寝たきりの方で、いつも攻撃的な口調でケアを拒否されることが多かった。その日は食事介助が終わり口腔ケアをしようとすると、「そんなもんせんでもいい」と断られた。以前にもＡさんに口腔ケアの必要性を伝え、自分の業務を優先して口腔ケアをさせてもらったが、余計に怒らせることがあった。ケアは必要なことなのにどうして説明しても分かってもらえないのだろうと、Ａさんと関わるたびに疑問に感じていた。

ふと、昨年受講した認知症ケアの手法「ユマニチュード」の研修を思い出した。研修では患者さんとの良い関係性を築くためのコミュニケーション技法の一つに「3分以内にケアの合意がとれなければ、ケアは後にする」とあった。そこで私は、その日はＡさんの気持ちを優先し、また後で来る約束をして、いったん退室した。そして時間をおいて再度訪ね、すぐに口腔ケアをするのではなく、目線を合わせてＡさんが好きだったことや好きな食べ物の話など今までしなかった他愛もない会話をした。その後でもう一度、口腔ケアをさせてもらえないかと尋ねたところ、笑顔で「頼むちゃ」と初めて受け入れてもらうことができた。その後もＡさんと関わる時はユマニチュードを意識して関わると、ケアを拒否されることが少なくなり、攻撃的な言動も減った。

この経験により、私はいつも業務が優先になり、Ａさんの気持ちを考えずに行動していたことに気がついた。認知症の患者さんは短期記憶障害があっても感情記憶は残ると言われているため、良い感情記憶を積み重ねていくことで患者さんとの信頼関係を築いていけると感じた。今後も認知症の患者さんと関わる機会は多くあるため、ユマニチュードを活用し、患者さんの気持ちに寄り添える看護師になりたい。

優 秀 賞

こころをつないでくれたビスコ

富山県済生会高岡病院　大浦（おおうら）　美枝（よしえ）

それは随分と昔の話になる。ＩＣＵ勤務が長かった私は、内科病棟へ異動して初めて受け持ち患者を持った。それがＴさん。Ｔさんは８０代の男性。人工呼吸器が一生外せない状態となり気管切開を行った。自宅への退院調整のためＩＣＵから内科病棟へ移った。

その初日からＴさんのナースコールが連呼した。人工呼吸器が外れたのかと思い、慌てて駆けつける私たちに、「押してないぞ」と毎回手を振り否定した。そして病室を出た瞬間にコールが鳴る。執拗（しつよう）なナースコールに、スタッフからは「また鳴ってる。何とかして」と言われ、スタッフの足は段々と遠のいていった。そんな日々に、私はつい声を荒げ「ナースコールを押してないのなら、手から離しましょう」と、Ｔさんの手首にグルグル巻きにされたナースコールを横に置こうとした。Ｔさんは鬼のような形相で怒り、私の顔を見ると「帰れ。帰れ」と口も聞かなくなってしまった。

この関係を修復しようと、ある日、私はノートと鉛筆を持って傍らに座り話しかけた。だが長く沈黙が続く。諦めようと立ち上がった瞬間、テーブルの上のお菓子のビスコを見つけた。「Ｔさんもビスコが好きなんですね。一緒やね」と言った途端、「一緒か」とＴさんは初めて笑った。そしてグルグル巻きのナースコールを外し、「あんた、初めて話をしてくれる」「すぐ出て行く」「すまん。寂しかったんや」と筆談してくれた。私ははっとした。ナースコールを離さない手の意味にやっと気付き、「今までごめんなさい」と謝った。Ｔさんは「いいよ、楽しかった。また来てくれるか」とビスコをくれた。ナースコールはピタリと止んだ。退院日、私は救急車に同乗して自宅に行った。

半年後、私は退職を機にＴさんに会いに行った。Ｔさんは「おおー。あんた来てくれたんか。こんな機器を付けて帰れるとは夢みたいだ」、妻も「ずっと一緒にいれてうれしい」と、２人とも涙を浮かべ、いつものビスコをくれた。ナースコールはＴさんと看護師とをつなぐ命の音、寂しさが現れた心の音であった。それに気付くことができなかったのは、Ｔさんと触れあうこと、心を理解しようとする認識が足りなかったから。お店でビスコを見ると初心に戻る。患者の声を聴くこと、不安を受け止めること、これが患者の支えにつながっていくと。

優 秀 賞

一生分の涙

富山県立中央病院　中林（なかばやし）　和香子（わかこ）

希望の小児病棟に異動して３カ月が過ぎたころ、インフルエンザ脳症で一命を取りとめた１歳未満の男の子Ａ君の担当看護師となった。Ａ君は全身が硬直し、意思表示はほぼできず、時々四肢に力が入り苦しそうな表情をするだけの状態だった。集中治療室から小児病棟に移ってきた日、母の表情は暗くこわばり、看護師を見つめる眼差しが痛いくらいに突き刺さるのを感じた。その視線が辛いと、いつしか他の看護師からＡ君の部屋に行くのを、ためらう声が聞こえるようになってきた。私も担当看護師でありながら、そう思うことがなかった訳ではない。今まで当たり前にできていたこと（笑ったり泣いたり、手足をばたばたさせたり、おっぱいを飲んだり）が、ある日突然にできなくなった現実を目の当たりにして自分を責め悩み苦しむ母にどう関わればいいか、悩んだ。

日々、Ａ君を看護していく中で、少しの変化も母に伝えるようにし、母の辛い気持ちを受け止め、Ａ君の頑張りを励みにしてきた。経管栄養指導と並行して、経口嚥下（えんげ）訓練も行った。少しずつ量を増やし、無事飲み込むことができたことを母とともに喜ぶことで、母も次第に育児を前向きに楽しむようになっていった。徐々に母の表情は和らぎ、毎日の尿量を記載する用紙に母のイラストが記載されるようになった。母は絵を書くのが好きで、病室にいるＡ君を見ていると自然と書きたくなったと話した。

退院日のイラストには、笑顔のＡ君と色とりどりの風船が描かれており、すがすがしい気持ちと別れの寂しさを感じた。母から渡された手紙には、「ずっと自分を責めて、病室では一生分の涙を流しました。こどもが大きくなったら中林さんのことを話します。本当に中林さんに出会えて良かった」とつづられていた。「一生分の涙」に込められた母の思いを、私は今でも忘れることができない。

特 別 賞

看護学生ができること

富山市立看護専門学校　加藤（かとう）　芙優（ふゆう）

私が受け持った患者は、交通事故により脳挫傷、外傷性くも膜下出血を発症した６０歳代の男性A氏だった。それにより認知機能が低下し体動が激しく、おむつ外しも頻繁にあったため、上肢と体幹を抑制されていた。

受け持ち当初は、自ら話すことはなかったが、徐々に自身の生い立ちや今の気持ちなどを話してくれるようになり、カルテには書かれていない情報も得ることができた。その中で「これ（抑制）外してほしい。もう悪いことせんから。学生さん頼むちゃ」という発言があり、看護師に相談した。その際「A氏の安全を考えて抑制しているので、その思いを傾聴しつつ、なぜ抑制が必要なのかを考えてみて」と助言された。私は、A氏の思いを尊重しすぎて“外してもらうため”の相談をしたが、看護師は患者の安全を第一に考えてA氏を見ていることが分かった。A氏がなぜその状況に至っているのか、根拠を持った視点で考えることの大切さについて学ぶことができた。

抑制を外すことはできないが、他に学生にできることが何かを考えた。そこで「見守りがあれば抑制は外せる」ということに注目し、翌日から病室を訪れる回数や時間を増やし、A氏が抑制されている時間を少しでも減らすことに努めた。受け持ち２週間から離床を促進するために鎮痛剤が減量されたことで、日中や夜間の興奮状態が見られた。抑制がストレスとなり興奮を助長させていたが、私が訪室している間は穏やかで笑顔も多く見られた。実習最終日には「忙しいのに来てくれてありがとう。やっぱこれ（抑制）外れとると気分が違うわ。学生さんには感謝しています」と話してくれた。

この経験は、学生の今だからこそできた関わりだと考える。一人の患者に時間をかけることは、看護師になれば難しいことだと思う。しかし看護師として働いても今回の経験を活かし、忙しいことを言い訳にせず、一人ひとりの患者と真剣に向き合い安楽を提供できる看護師になりたいと思う。

特 別 賞

患者さんの思いに向き合う看護師に

厚生連高岡病院　野村（のむら）　莉央（りお）

夜勤では限られた時間で優先順位を決め、採血やバイタルサイン測定、与薬などを実施しなければならない。

ある夜勤で、私は甲状腺がんで治療していた男性のＳさんを担当していた。その日は採血や抗生剤の数が多く、焦るばかりで余裕がなくなっていた。先輩方が朝食の配膳やナースコール対応をして下さり、遅れている自分が情けなかった。そんな気持ちのまま、私は時間指定の麻薬の与薬のためにＳさんの病室を訪れた。

「８時の痛み止めの薬を持ってきました。」と声をかけた。Ｓさんは「今飲めそうにないから後にして」と言おうとしたのだろう。しかし、私は焦る気持ちからＳさんが言い終わらないうちに「それではまた来ますね」とまくし立てるように話してしまった。その瞬間、Ｓさんは顔を真っ赤にして「あんた患者のこと死なす気か。いい加減にしろ」と叫んだ。Ｓさんのそんな姿を見たのも、患者さんに怒りを訴えられたのも、これが初めてだった。自分の手や足が震え、「すみません。後からまた来ます」と言うのが精一杯で、看護師になって初めて目に涙があふれた。

患者さんにとって看護師は、自分の訴えを吐き出せる一番近い存在であるが、「訴えを聴く」ことを私は放棄してしまったと、申し訳なさでいっぱいだった。気持ちを切り替え再度、病室を訪ねた。Ｓさんは、顔を向けてはくれなかったが、先ほどとは違った穏やかな声で「ごめんね。あんたは頑張ってる。それは分かってるよ」と、薬の空袋を渡して下さった。「先ほどは話も聞かず不快な思いをさせてしまって申し訳ありませんでした」と謝ると、Ｓさんは手を振ってくれた。

患者さんは、不安や不満、緊張、遠慮などいろいろな思いを抱いていると思う。Ｓさんが訴えた際、私は内服が困難な理由を聞き、内服できそうな時間について相談をするなど、しっかりと苦痛な思いに向き合うべきであった。看護師の業務は患者さんからは見えないため、忙しさも心の余裕のなさも患者さんの訴えに向き合わない理由にはならない。日々忙しいが、患者さんの思いにしっかり向き合える看護師でありたいと思う。

特 別 賞

母の出産と思春期の娘

富山県立中央病院　三井（みつい）　めぐみ

「家で出産がしたい」。小学校高学年の娘を持つ A さんにそう言われたのは私が自宅出産を扱う助産院で仕事をしていたころだった。A さんはシングルマザーで、自宅出産で赤ちゃんのお世話をしながら、娘の生活を変えることなく過ごしたいと話した。娘は口数が少なくクールな印象で、少し複雑な家庭環境で母が出産をするということを年頃の娘はどう思っているのか聞けないまま、出産の日はやってきた。

「お腹が痛い。陣痛だと思う」。A さんから連絡を受け家に到着すると、すでに陣痛は強くなりうずくまっており、出産に立ち会う娘は、とても心配そうな表情をしていた。出産の最中は私も集中し娘に声をかけられなかった。あっという間に赤ちゃんは元気な産声を上げて生まれた。抱っこしてみようかと娘に声をかけ、赤ちゃんを娘の腕にすっぽりと入れてみる。するとあまり笑顔を見せなかった娘が、赤ちゃんを抱っこした瞬間、今まで見たことのない柔らかい表情で愛おしそうに赤ちゃんを見つめていた。赤ちゃんを囲む母と娘に幸せな空気が流れているのを感じ、私の胸も熱くなった。

A さんは、家で出産できて本当に良かった、娘がすごく赤ちゃんをかわいがってお世話してくれ、家事も行ってくれると話した。娘に会う度に、表情が優しくなっていくのに気がついた。A さんはふと、「実は自宅出産を選んだのは、娘が思春期に入り、私との関係が難しくなっていて、赤ちゃんを産んで育てる私の姿を見て何か感じてもらえたらと思って。今は娘といろいろな話ができる」と話してくれた。自宅出産を選んだ A さんの強い意思には、娘との関係を大切に思う気持ちも含まれていたのだと、はっとすると同時に、母の強さを感じた。A さんの思いに気が付いて母を気遣える娘も本当に素敵だなと思った。

ナイチンゲール生誕 200 年
～「看護」は世紀を超えて進化する～

「看護の日」制定の趣旨

看護の心は、大人も子供も、病気や障害のある人もない人も、年齢・性別を問わずお互いを思いやる心です。この看護の心、ケアの心、助け合いの心につい理解を深め育んでいけるように、近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、1990 年に 5 月 12 日が「看護の日」として制定されました。

令和 3 年度看護職員等からの体験談
発行　公益社団法人富山県看護協会・富山県ナースセンター
〒930-0885　富山市鵜島字川原 1907-1
TEL 076-433-5251 FAX 076-433-5281
URL http://www.toyama-kango.or.jp