

特 別 講 演

ケアの地下水—臨床の9語を通して—

Groundwater in Care

徳永 進 Susumu Tokunaga (野の花診療所)

キーワード：やさしさ, 変わる, 選択

key words : kind, changeable, choice

ケアって、とっても深いこと、のようですが、何でもない毎日のこと、誰もが気を付けている日常なこと。だから深くもないことと言うのではなく、だからこそ大切に深いこと、だと考えている。言葉が生まれる前から気にすること、気に留めること、気遣うこと、拭くこと、さすること、洗うこと、触れること、抱くこと、水を汲んでくること、肉や木の実や草を切ること、煮ること。ケアという言葉が生まれる前から、人間の行動はケアに満ちていた。作物を育てることも、果樹の実を摘むことも、家畜を育てること、チーズを作ること、味噌を作ること、豆腐を作ることも、言葉の生まれる前から存在したと思われ、そのどれもこれもこの行為がケアなしにはなしえなかった。家族のことを心配することも、集落のことを気にすることも、それらなしには生きていけない、その礎となった精神行動のことをケアと呼ぶようになった。

#1. chaos

医者になって臨床で働かせてもらったのが1974年。それから45年も臨床にいる。臨床で働いていて教えられること、感じることはいろいろあるが、本質を表している一語を挙げるとすると、混沌かもしれない。「chaos」。臨床の本質が混沌ということをも承知して、医療人たちは診断基準やガイドラインにマニュアル、そうして看護診断も作り上げ、混沌に立ち向かおうとしたのだろう。そこで医療現場で働く者たちは、小さな誤解をすることになる。例えばマニュアルや看護診断があれば、臨床は手中に納まると錯覚した。あるいは錯覚したくなった。

でも45年を振り返り、現在の臨床を改めて見つめ

てみると、やっぱり臨床は混沌が一番似合っている。臨床の本質って、いつまで経っても変わらないchaosの世界にあると確信する。そして臨床って、マニュアルなんかで捉えられるようなやわなものではない、と教えられる。chaosこそが臨床、と。

#2. help

看護や介護、医療、それらに限らず社会のどの場面でも、もちろん教育の場でも、私たちが耳をすまさねばならないのは、「help me!」という声だと思う。声として出ているかどうかではなく、「助けてー」という心の叫びがそこそこ確かに出ている、と嗅ぎわけることだろう。聞こえても手が出せないこともある。聞こえているけど聞こえない振りをすることもある。自分の耳を両手で塞ぎそうになることもある。聞こえても、逃げてしまうこともきっとある。

でも、看護界の重鎮が看護史の中に残してくれた「help me!」の捉え方は、後世に一片の色褪せもなく残り続けた。「help me!」に「help you!」で答えたバージニア・ヘンダーソンの14項目を改めてここに記す(徳永意識)。

- ① 助けよう 患者さんの 光と風と呼吸
- ② 助けよう 患者さんの 飲食
- ③ 助けよう 患者さんの 排泄
- ④ 助けよう 患者さんの 動作
- ⑤ 助けよう 患者さんの 睡眠と休息
- ⑥ 助けよう 患者さんの 衣服
- ⑦ 助けよう 患者さんの ぬくもり (体温)
- ⑧ 助けよう 患者さんの 皮膚
- ⑨ 助けよう 患者さんの 安全な環境

- ⑩ 助けよう 患者さんの コミュニケーション
- ⑪ 助けよう 患者さんの 祈り
- ⑫ 助けよう 患者さんの 仕事
- ⑬ 助けよう 患者さんの 遊びや旅
- ⑭ 助けよう 患者さんの 学習そして成長

それに自分自身で、⑮番をつけて心に留めている
「助けよう 患者さんの 死」。

#3. kind

鳥取赤十字病院の勤務医のころ、スイス、ジュネーブへの研修があり、イギリスにも寄りました。プログラムにはフリータイムが用意されていて、2階建てのイギリス独特のバスに乗り込み、シシリー・ソンドース博士のなさっている「セント・クリストファー・ホスピス」へ行ってみることにしました。アポなしの直撃突入です。どこで降りたらいいのか分からず、バスの中で白髪の高齢の婦人に尋ねてみました。「次の次のバス停よ」と教えてくれたので、「セント・クリストファー病院っていい病院ですか?」と聞くと、「すごくいいわよ、母があそこでお世話になったの」と言ったあと、こう続けました。「Nurse is very kind」。「Nurse」も耳に違和感なく入ってきたのですが、「kind」には強い印象が心に残りました。「親切に、やさしく」。一般市民にそう評価してもらえている、って大変なことです。バスの中で「kindかあ」、と思いました。看護の本質の大きな柱の一つを、白髪の婦人から、改めて教えられました。

#4. choice

ワシントンで開かれたホスピスツアーに参加しました。25年くらい前のこと。アメリカホスピス協会の理事のパトリッシュ・ケリーさんが私たちツアーのメンバーを自宅に招いてくれて、モーニングレクチャーをしてくれました。「ホスピスケアに大切なものは、3つのCです」と言い切ります。一つ目は「comfortableのC」。痛みコントロール、症状コントロールのことです。二つ目はcommunicationのC。patient & familyとの間にどんなcommunicationを作れるか、これも大切」と言いました。三つ目は、と言って、「choiceのC」と言いました。新鮮に響きました。がん治療に手術／放射療法／抗がん剤治療／とあって、それぞれの長所と欠点を説明し、どれに決定するかとchoiceするのはあなた、というのでした。療養場所を病院にする?ホスピス?家?ナーシングホーム?、どうする?それぞれの長所と欠点はこれこれ、最後にchoiceするのはあなた。そういう説明だった。「choice」かあ、と思った。「これしかない、こうしなさい」と医者が患者さんに言ってきたやり方とは違う。最終的に決め

て、choiceするのは患者さん自身、という考え方だった。これは勉強になった。大切なことは「choice」なのだと教えられた。

#5. change

看護の場で働いていると、当然そこは臨床という人間の営みの場だから、身体の様子は刻々と変わる、ということを知っている。知っているのに人間って、特に近代という時代を生きていると、何か「正しい」診断、「正しい」治療法、「正しい」看護手法、というようなものに縛らざるをえないところがある。そのことの落とし穴は、心の動きに関することに対応するときに生まれる。

「抗がん剤療法を受ける—もう受けたくない」

「老人施設に入りたくない—入所するしかない」

「在宅療養がいい—入院したい」

「鎮静剤を打って死なせて欲しい—少しでも生きたい」

前出と全く逆。このようにその場面ごとに変化するのが人の気持ち、である。それを「コロコロ変わる!」とか「一貫性がない!」と責めることはケアではない、と言えよう。changeしていくもう、changeableなものこそが心の本質だろう。変わり、変わり、しながらその人を道を作っていく、海の潮道のように。そのことも大切な臨床の知、ケアの知。

#6. open dialog

かつてムンテラ（しゃべり言葉で患者さんを言いくるめるニュアンスを持つドイツ語のMund Therapiaの略語）が医療者と患者さんの間を繋ぐ言葉だった。その後インフォームド・コンセント（I・C）に変わったり、別の言葉としてのカンファレンスが大切にされてきた。そうしてオープン・ダイアログ（open dialog）。モノローグは上から目線の通告のような伝授法。それに対する、双方向性のダイアログ（対語、交語）。さらにオープンがくっついている。

臨床で問題が生まれる。例えばがん末期の鎮静。刻々と状況は変化し患者さんの声は漏れ、転々とされる、というような場面。急いで家族・看護師・医師・そのほかの人々が集まり、意見を述べ合う。当然本人の意見、場面によってはケアマネジャー・老人施設の人の意見を聞き合う。「セデーションの時期でしょ」「待ってください、それって死ぬんでしょ」。オープン・ダイアログは何かの結論を出すことが目標ではなく、自由な語りをしながらおのおのが変わり患者さんにとって一番良い方法は何か、について悩み合うことに意味がある、と言われている。解釈語、強要語、指示命令語が似合わない場面だ。この「open dialog」

も看護の質を支える大きな柱。

#7. negative capability

ネガティブケイパビリティ。答えの出ない事態に耐える力、と言われる。臨床では一方で指導ということが大切だ。リハビリテーションの指導、嚥下の指導、糖尿病患者さんへの食事指導に運動療法指導にインスリンの自己注射の指導。透析患者さんへの指導。他方ががんの末期で、アルコールやギャンブルが原因で離別している患者さんが家族に死の前に再会したい、と言われたりする場面もある。家族は拒否。そんな時、ケアする側はどうするか、と問われる。患者さんはイライラし、怒りをぶつけてくる。「困ったなー」「参ったなー」「どうしてあげたらいいかなー」と否定語でなく、かと言って安請け合いの肯定語でもなく、「うーん」と唸りながら、少し距離を持ちながら、逃げない、という力。看護力って、ほんと、大変な力。その患者さんを「ひとりぼっちにさせない」って、大変なこと。困りながら、迷いながら、何とかならないか、と思い悩んでいるうちに、ひょっとすると道が生まれる。だからこそそのケア、だと思う。

#8. see star

こんなにしんどいケアリングの仕事をしてると、バーンアウトの洗礼を受けそうになる。現場から離れ

ること。この一見卑怯に見える身体忌避行動もケアリングを支持する力になってくれる。各自探すこと、なのだが、誰もがしている深い行為、そしてケアの本質についても示唆しているのが星。その星を見ること。see star、と言ってみる。これって、sisterに通じるか、と思った次第。

#9. Te と Se

講演の中で話したので、ここでは省略。川嶋みどり先輩が提唱する手の「て・あ〜て学」看護の基本は「手」。その深さを心を留めながら臨床の日々を送っていると、手はいろんなところに潜んでいることを教えられる。背中が手と同じように、ケアの本質を示唆してくれた経験も報告した。

#10. まとめ

臨床で教えられたことの中で、ケアにも深く通じていく言葉を今回はシンプルな英単語を通して考えてみた。全てが時代の変化と共に変わる。看護も変わる、変わっていくのに、変わらずに不動のものは例えば看護の臨床の場では何だろう。病む人、障害を抱える人、老いる人、死を前にする人に手を出すことだろう。手助けできることは何だろうと自問し、工夫し、そっと手を出していく誠意ある心だろう。ケアの本質って、そのことだろう。