「看護の力」

川嶋　みどり著　（岩波新書）

須田章七郎

私の入院体験から

私事で恐縮だが、ここ５年間で４つの総合病院に入院した。診療科は整形外科３つと内科である。入院中は看護師にとてもお世話になった。だが病院によってこれほど看護師の対応が違うものかということも知った。病院によって患者を担当するシステムが異なるので、簡単に決めつけるわけにはいかないが、朝夕の患者への声かけ一つをとってもかなり違う。実はこの朝夕の声掛けがどれほど患者の心に安らぎを持たせるものになっているか。

ある病院の整形外科病棟に２か月ほど入院した。病棟をいくつかのブロックに分けて複数の看護師が担当しているようだが、夜勤には一人になる。看護師不足と経営上の問題もあるのかもしれないが、忙しく小まめによく動いていた。配膳、食事の世話、おむつ交換、点滴交換、車椅子や歩行器を患者に用意、トイレへの付き添いなど。手術した人がいる晩に当直した看護師は一晩中その患者への対応も加わる。気の毒と言うか、申し訳なく思ってしまう。朝夕の声掛けも明るく、テキパキと検温したり血圧を測ったりしていく。そして必ず具合を聞き、患部を触ったりして目視も行う。これが普通なのかと思うが別の病院ではこれほどの対応はなかった。何より、どの看護師も「いつでも呼んでくださいね」と患者に声をかけてくれる。これほど安心なことはない。

看護師を目指すきっかけとなった本はないですか？

ある日、一人の看護師に『看護師を目指すききっかけなどが書かれた本はないですか』と聞いたところ、要望には沿わないかもしれないが、と１冊の本を貸してくれた。それが表題の本である。

著者は１９３１年生まれ。日本赤十字社中央病院勤務を経て、晩年は日本赤十字看護大学教授を務め、２００７年には「ナイチンゲール紀章」を受賞している。

本を書くにあたって著者は次のように述べている。

「人間が人間らしく、そして自分らしく生きていくための基本となる考え方、病気や高齢であったり、障害があったりしても前向きに、積極的に生きていくうえで、看護がどのような力を発揮できるかを、看護師歴６０年の経験を振り返りながら述べてみようと思った」

看護師として、自主的サークルの立ち上げや、日本初の民間の臨床看護学研究所を創設してきた著者は、常に看護の受け手の方たちの思いを最優先することをモットーにしてきた。

看護師の仕事は自然に治る力を引き出すこと

「看護師と言えば、白衣姿で血圧を測り採血をするなど、どちらかといえば、医療的な行為を行い、医師の手助けをするのに忙しく働く姿ではないかと思います。しかしこれは、看護師の仕事の一面にしかすぎません。本来の看護の仕事は、人間誰もが持っている、自然に治る力を引き出すことにあるのです」

人間らしく生きていくうえで欠かせない営みとして息をする、食べる、動く、眠る、トイレに行く、体をきれいにするなどがあり、それが欠ければ健康を脅かし、時として命にまで影響する。他にも、身だしなみを整える、コミュニケーションを図る、学習をする、趣味の活動やレクリエーションを行う、誰かの何か役に立つなど、文字通り人間に特有な営みまである。これらは、普通であれば何でもなく行うことができるが、ちょっとした体調不良で難しくなる。ましてや大病や手術などで入院したり、高齢になって意欲も落ちたりと、自分の習慣的な行動が保てない苦痛は、病気それ自体の症状よりも辛いと書いているが、全くその通りと入院の体験から思う。

顔を洗ったり口をゆすいだり、食事の世話やトイレの介助など、どれも日常的でありふれた営みであるために、専門職の仕事などと理解されないかもしれないが、このごくありふれた営みを支障なく行えることが、病気と闘う気力を生み出し、その人自身の治る力を発揮するうえで重要。「看護の力」は、注射や薬のような外部からの力ではなく、その人に本来備わっている治る力を上手に引き出すことにあると述べている。

爽快感は薬に勝る

ではどのようにして治る力を引き出すのか。著者の長い経験から多くの実践例が述べられている。入院をしているとおしぼりが配られ、自分で体を拭いたりするが、看護師が全身清拭を行うこともある。本では重篤な患者を例にして「苦痛の緩和が図れたり食欲を引き出したり、免疫力を高める効果があることが多くの患者とのかかわりで明らかになっていて、気持ちよさを体感する過程での安楽感など、医薬品に勝るとも劣らない効用がある」と述べている。おしぼりで体を拭くというたったそれだけのことだが、さっぱりしたときの爽快感は確かに薬に勝ると思った。

私が入院している時に、同室の患者で便秘に苦しむ人がいた。看護師が『もう４日も出ていないけれど、排便の兆候はあるようだから下剤にするか浣腸にするか、どこまで便がきているか確かめよう』と言って肛門から指を入れていた。すごいことをするものだと思っていたら、本の中にも出てきた。また、廊下を通しておむつを拒否する高齢の女性患者の声をたびたび聞いた。本にも排泄についての話がいくつか出てくるが「排泄の世話の如何は、人間らしさを守るぎりぎりの砦でさえあり、患者の気持ちからすれば、そのお世話次第で生命を左右するとも言えると述べている。

「食べること、体をきれいにさっぱりすること、そして人間の尊厳の最後の砦ともいえる下の世話。これらはいずれも看護の原点といえるもので、生命の維持にとっても欠かせないケアでもあります。とりわけ、病気や手術や高齢のために、このような営みを自分の意思で行えない場合の苦しみや戸惑う思いに寄り添いながら、その人自身がかつて一人で行っていたときの状態にできるだけ近づけた援助をすることが、看護の原点である」と述べている。

患者が病院のためにいるのではない

最後に、特に印象に残った言葉を紹介して終わりとしたい。

「病院は患者のためにあるのであって、患者が病院のためにいるのではない」

「病室は看護の教室、患者さんは最高の看護の教師」