

新生会看護部通信

2008.4.1 発行 第18号



透析患者のこころと対応

【鳴海クリニック 主任 関川美知】

透析療法が必要といわれた患者は、大変な衝撃を受け「頭の中が真っ白になったような」気持ちになり、現実を受け入れられず心の安定を図るためにさまざまな防衛反応を示します。私たち看護師は、患者の心理的变化を捉えていないと、どのような対応をすればよいのかわからず、看護師自身もストレスを感じることがあります。そこで、以下のことを通して透析患者の“こころ”の変化を見つめ、今後の看護に生かしていけたらと思います。

1. 否認

「まさか、自分が...」「そんなはずはない」「まだこんなにオシッコが出るじゃないか！」など透析は絶対にはやだ、あるいは自分が腎不全で透析しなければいけないことは断じて認めたくないという気持ち。

《対応》*否認していることを否定しない。 *自分自身の気持ちを素直に吐き出すことが必要である。

2. 取引の心理

「何々という漢方薬がいいと聞いたから飲んでみよう」「水をたくさん飲んで安静にすれば透析しなくても大丈夫だよ」というように、透析をしなくてもよい方法を探り出そうとする。

《対応》*患者が表現することを傾聴する。

3. 怒り

「あの時の無理がいけなかった」と怒りが自分に向けられたり「きちんと食事療法をしてきていたら」と家族に向けられたり、「透析なんて初めて聞いた。もっと早く教えてくれれば」と医療者へ向けられることもある。

《対応》*患者の怒りの感情を受け止め、共感的態度で接する。

4. 敵意・恨み・攻撃

「あの時、医師がきちんと検査してくれなかったからこうなった」あたかも腎不全一透析になった責任が、それまで自分を世話してきた人に、すべてあるかのように思う。

《対応》*患者の感情を冷静に受け止める。

5. 空想形成、幻想あるいは妄想

「まだ自分が元気な（透析患者ではない）ように振る舞いたい」気持ちを言う。つまり、ここには患者の隠された願望が潜んでいる。「自分はまだ透析患者にはなっていない」「病人ではない」と思いたい。

《対応》*患者が元気であった頃の話聞くことの大切さを知り、耳を傾ける。特に、相手が老年透析患者の場合は大切なことである。

6. 孤独感・抑うつ

「もうだめだ」「死んだほうがいい」無気力・無表情で不眠や食欲低下をきたすことも多い。ごく当然の反応で、健康な『悲嘆のプロセス』の一部。受容に到達するために必要な段階。

《対応》*安易に励ましてはいけない。『見守る』『寄り添う気持ち・姿勢』が必要。

7. あきらめ—受容

「もうあきらめた」「しょうがない」自分の病気や学習に関心が向けられる。

《対応》*この時期に学習をすすめる。

8. 立ち直り—患者としての新しい『役割』の獲得

「できることをしよう」感情の立て直しが行われ依存から自立する。

《対応》*希望を共に分かち合う。

「透析はいやだ」という『透析拒否の心理』は全ての透析患者がもつ基本的な心理。淡々と維持透析を受け続けているかのようにみえる患者でも、実は心の奥深いところで存在する。

【参考文献】①透析患者の心とケア 春木繁一 ②透析患者のための臨床心理的アプローチ 富野康日己

あしたの丘における学習安全委員会の活動

★OJTの実践★
シリーズ4

【あしたの丘 主任 徳井久子】

《ケア会議の進め方・深め方 ～チーム活性化のためのファシリテーションスキル～》

あしたの丘では2月に学習安全委員会の企画で効果的な会議の進め方について2時間の学習会を開きました。

①講師: エクセレンス・コーチング・オフィス代表 間 裕子先生

②内容

★ファシリテーション : 促進する、円滑にする、スムーズに運ばせるという原意。

★ファシリテーションの役割: 中立的であること、参加者の考え方や感情を引き出し、相互理解を深めていけるように働きかける。

★参加者の心得 : チームメンバーとしての意識を持つ、チームの活性化に協働的に働きかける、問題の本質を共有する。

会議の進め方の中で、相手にどういったら伝わりやすいか、また、相手に気持ちよく話してもらうにはどのように聴いていけばよいか、傾聴、承認、質問、提案のしかたについて2人ペアになって実際に体験した。

【参加者の声】

学習会のあとに班会議を開いたが、会議に出席したスタッフがみんないっぱい喋ってワクワクした。

会議だけでなく、利用者さんとのコミュニケーションの取り方にも繋がることだと思え、とても勉強になった。

自分たちの班で取り組んでいたことが間違っていなかったと再認識できてよかった。良い会議の進め方が出来ると思った。



ガンバレ看護学生

【十全クリニック 副主任 片村幸代】

十全クリニックでいつも明るく頑張っている堤 亜希子さん(名古屋市医師会看護専門学校 第一看護学科4年生)です! 4年生になる彼女は、実習・勉強・勤務をこなしながら、毎日忙しく過ごしていることでしょう。堤さんに普段、感じていることや学生としての思いなどをお聞きしました。

Q1. 今の職場の雰囲気はどうか?

十全へ来て1年目ですが、みなさんとても優しく、気さくに話しかけてくださるので、楽しく仕事をしています。患者さまも名前や顔を覚えてくれ、声を掛けてくださるので嬉しく思っています。

Q2. 学校と仕事の両立は大変ですね?

テスト前や実習中は大変です。今は慣れてきたせいか、時間の使い方が上手くなって無理をしなくなったようです。職場での経験が学校の勉強につながって実習に活かすことが多いと思います。

Q3. 気分転換などリフレッシュしていることはありますか?

休日は友達と買い物に行ったり、ゆっくりとお風呂に入って疲れをとります。また中学・高校時代に吹奏楽部だったので、好きな音楽を聴いてリラックスしています。



血圧測りますね。
大丈夫ですか??



『新生会第一病院・十全クリニックで勤務している看護学生は、名古屋市医師会看護専門学校第一看護学科 7名、名古屋市立中央看護専門学校 4名、名古屋市医師会看護専門学校第二看護学科(高看学生) 5名です。仕事と学業を両立しながら、皆さん頑張っています。これからも頑張ってください!!』
(看護部長 岡山)

私が看護師をしていてよかったと思った事

だいごみ
看護の醍醐味シリーズ4

【金山クリニック 澤田久代】

患者の状態

Yさん73歳女性、透析歴4年。透析に入る前から写真撮影のグループで旅行することが楽しみだった。導入時にはカリウムが高く、体重の増えすぎで血圧下降していた。「あーあ、透析しているから旅行に行くことは出来ないし何の楽しみもないわ」と沈んでいた。そこで、透析をしながら色々なところを旅行している患者さまのことを話し、家族旅行をすすめてみた。最初は、国内を家族と一緒に1泊2日で旅行して自信をつけ、半年後「写真の仲間と外国旅行に行きたいけど、私はカリウムが高いし先生の許可がもらえるかしら」と相談をうけた。4泊5日のカナダ旅行を計画し、透析が3日空き2日空きと続く日程であり不安な様子であった。

看護師の関わり

旅行することで仲間と交流でき、自己管理を積極的にできたら、もっと楽しく生きられるのではないかと思った。同じ時期に外国旅行をした患者さまがいたので、自己管理の方法等を詳しく聞けるように機会をつくった。その後「年が私より上の人でも外国旅行に行けるのだから、私も行けると思う」と自信をつけた様子であった。旅行中はいつも以上に体重増加に気をつけることや、カリメイトの内服を忘れないようにすることを約束した。

患者

結果は思ったより順調で、帰国後は普段よりよいデータであった。その後は7泊8日でオーストラリアに、3泊4日で台北に、去年は5泊6日で**モンゴルに旅行した。(写真参照)**「ゲルに泊まり、狼の遠吠えを聞きながら寝た」と話し、毎回素晴らしい写真が撮れたことに大満足し「透析していても、自由に旅行できるから私は幸せだわ。感謝しています」という言葉が聞かれた。

看護師の考え

患者さまを自己管理できる人と捉え、ピア・ラーニングにより自分と同じ境遇の人が成功したことを聞くことで自己効力感が上がり、不安なく外国旅行をすることができた。また、撮影旅行をすることを目標に自己管理を頑張ろうという前向きな気持ちが出来た。この体験を生かしてさらに看護を深めていきたい。



Yさんがモンゴルに旅行した際の写真！



いきいきナース

29年間透析室に勤務し、去年の役職退任後も穿刺技術トレーナーとして、さらなる活躍が期待されている**大友正子さん**を紹介します。

【鳴海クリニック 主任 早川幸子】

Q1. 穿刺技術トレーナーとして何を伝えていきたいですか？

患者さまが、安心して穿刺してもらえるような技術を伝えていきたい。また技術だけでなく、患者さまと信頼関係を築いていく上でも穿刺は大切だということも伝えていきたい。

Q2. 29年経ってもいつも元気に明るく働けるコツは何ですか？

29年間ずっと元気だったわけじゃないけど・・・。何を言っても、何をしても支えてくれる人や見守ってくれる人がいて、何でも自由にやらせてもらっているから。自分も「こうするべき」とか、「こうあるべき」と考えず、出来るところは率先してやり、苦手な部分は頼るようにして、ありのままの自分をさらけ出したら気が楽になって、仕事も楽しくなった。



仕事が楽しいという思いが溢れていて、周りを元気にしてくれます。そんな大友さんを目標にしているナースがたくさんいます。これからも元気を分けてください。

