

第15回地域医療・介護研究会 レポート

日時：2016年1月8日（金）18：30～20：00 曇
場所：ちどりビル2F 参加者：51名

今回は『心のケア』がテーマでした。訪問看護ステーションはるかの看護師中村慎治郎様に講義頂き、患者さんとの接し方、非言語的コミュニケーションなどを学びました。グループディスカッションでは精神疾患を持つ方との接し方、在宅療養のサポートなど、それぞれの事業所、職種で抱えている様々な悩みを交流しました。

訪問看護ステーションはるかは精神疾患のある方への訪問看護を多く行っています。疾患的な理由から、遠方の事業所を選択される患者さんも少なくなく、広範囲をサービス対象としていて、現在は宗像や柳川まで訪問しています。

具体的には服薬管理、健康管理、対話ケアといった内容ですが、時にはボランティアとして庭の剪定などにも取り組んでいます。

精神科の薬は、少し飲み方が違うだけで状態が全然違ってきます。入院中は薬の調整がし易いですが、外来となると調整のタイミングが難しいこともしばしばあります。定期訪問することで状態を把握し、薬の調整を図りやすくすることができます。

精神疾患のある患者さんには、清潔への意識が低下している方もいます。定期訪問し、対話ケアの中で例えば一緒にゴミを捨てるなど、何か一つ一緒にすることで患者さんの状況が改善することもあります。自閉症の方が、家に住めない程衣類が散乱してしまったケースでは、洗濯だけ援助することで、お一人で生活できる様になりました。



中村慎治郎 様

対話では「褒めること」がとても重要です。しかし褒めることは非常に難しいことです。精神疾患のある方は、自己否定の強い方も多く、特に難しいです。例え患者さんに頑張ったことが無くても、何もできていなくても“何かあるはず”と意識して見つけて褒めることがポイントです。意欲が低下し、自己否定が強い患者さんに効果があります。但し、わざとらしくない程度に褒めなければなりません。

対話では相手に“分かり易く”という意識が大事です。話しを聞き、話し手としては声のトーン、顔の表情、立ち位置・向き、聞き手としてはあいづちなどの反応や、何も否定せずそのまま受け止める「傾聴」も重要です。元気に接する（顔の表情や声にエネルギーを出す）ということも大切で、これによって患者さんの心に入っていくことができます。患者さんは見てない様で、相手をよく見えています。この様な、非言語的コミュニケーションが重要です。



BCT（ベーシック・コミュニケーション・トレーニング）の実践。

『一方が頑張っていることを話し、もう一方がそれを聞いて褒める』

語的コミュニケーションが重要です。

その人が本当に困っているか、助けて欲しいと思っているかを考えず、同上や憐れみの心だけで接してしまうとその人を傷つけ、症状を悪化させてしまうことになります。その人の尊厳を大切に守ることに常に気を使わなければなりません。

グループディスカッション、質疑応答

- 無口な人には、例えば無理に対話せずに一緒に居ることに重点を置き、帰り際に“今日は会えて良かったです”など一言声をかけるなどし、関係づくりを凶ってはどうか。
- 病識の無い患者さんに病状等を伝えるのは難しい。一人でやってしまわず、例えば訪問看護を入れて役割を分担するなどしてみる。他人の話を聞き入れない人もいるが、そういう人もいっぱい自分の話を聞いてくれた人の話は頭に入ったりする（100聞いて1くらいかもしれないが）。話しを聞く役割の人が重要。
- （被害）妄想は受け流しても良い。まじめに付き合うばかりでなくても良い。

感想レポートより

- ✓一人の人間として関わるのが信頼関係を築くポイントであることが学べた。
- ✓褒める技術、非言語的コミュニケーション技術を向上させたい。

（次回は2/5「緩和ケア」です）