

## 臨床看護の立場から考える「ヒューマンケアの実践」

### 赤穂市訪問看護ステーション

坂本 由規子

私は2箇所の病院勤務を経て、5年前より当訪問看護ステーションで在宅看護に携わっている。看護が好きで、育児休暇等を除きずっと看護師として働くことができ、看護師になってよかったと思っている。しかし看護観は、「その人らしい生き方ができるよう支援する」というかなり抽象的なものであり、自分の行った看護について言語化できないという問題を抱えていた。そこで昨年、訪問看護認定看護師教育課程を受講し、看護について多くの学びを得ることができた。

レイニンガーは、「看護の本質はケアリングである」「人間が成長し、健康を保ち、病気を免れて生存し、あるいは死と直面するうえで最も必要とするのはヒューマンケアリングである」と述べている。またメイヤロフはケアリングの基本概念として、「ケアという関係においては、ケアする者とケアされる者という二人の人間が形成する全体的つながりの中で、ケアする者の自己成長が達成されていく」とある。

看護論に関しての勉強は今も理解が困難だが、看護は人を対象とし、まさに人間対人間の相互関係の上に成り立つものであると思う。看護学生のときに、「看護の答えが欲しい」と思い、看護に一つの決まった答えはないのだと教わったことを思い出す。

私の看護のスタートは、同年代の患者が比較的多い膠原病センターであった。まだ学生だったり、これからの生活、人生設計、妊娠、出産等の多くの問題を抱える患者に、看護が入院中の診療の補助や療養上の世話だけでないことを体験した。患者のこれからの生活について一緒に悩み、考え、そこに看護師としての専門的知識を説明し、医師や家族、学校の先生や職場の方などとの調整を行なった。患者の病状だけでなく、患者自らが自分の生き方を模索し、決定していくことの変化を見ることができた。一人ひとりその過程は違い、看護として何ができるのか、その都度悩むことが私の看護師としてのやりがいや成長を促進してくれたと思っている。

訪問看護は生活の中での看護である。患者一人ひとりと向き合う中で、家族や地域をも含めた問題を考え、本当に患者や家族がどうしたいのか、どう生きたい（どう死にたい）のかを問いかけることの必要性を実感する。問いかけるには、充分話しをしてくれるだけの関係性の成立が必要であり、信頼関係を成立する上でも傾聴やコミュニケーション能力、高度な看護技術が求められる。その中から患者・家族自らが問題を認識し、自らの力で乗り越えようと自己決定していく際の看護の必要性を学び、実践している。

レイニンガーは、「ケアリングは患者の文化の中で考えなくてはならない」とも述べている。患者の文化は個々に違い、患者の自宅に様々な形で多く現れる。その自宅に訪問し看護実践できる訪問看護を通して、様々な患者に出会い、看護について考えることが、私自身を常に成長してくれる要因であると思う。まさに毎日がヒューマンケアの実践であり、看護そのものであると考えている。この一端を紹介したい。