

看護エッセイ

2004年から連載された看護師のエッセイが、50編を超えました。
看護の心が、さまざまなテーマで描かれています。



Vol.3

「感性」を磨く日々ー看護師の日常の中で
人との出会いや日々の触れあいの中で大切な「感性」。
患者さんの思いを常に感じ、尊重する、そんな看護師でありたい。



遺作

看護師 井部 俊子



長くナイチンゲール研究を続けてきた同僚が、不治の病いで逝った。もうすぐ新学期がスタートしようとする学期末であった。強い肩こりかと思っていた痛みが、そうではなかったと告げられた時の衝撃を克服し、人生の総決算をじつに見事に行ない、静かに逝った。大学全体に悲しみがおおった。

「『NOTES ON NURSING』における Nursing の意味とその構造化」（課題番号 14572254）平成 14 年～平成 17 年度科学研究費補助金基盤（C）（2）（研究代表者 小澤道子）は、彼女の遺作となった。

研究は、「NOTES ON NURSING」（第 2 版, 1860）の原文を底本テキストとして、原文の「Nursing」という言葉の用いられ方とその意味、そしてナイチンゲールの考える「病気」、「看護」、「ケア」「神・自然」との関連から、「Nursing」の意味構造を明らかにすることを目的とした。経験を重んじたナイチンゲールが、人生に秩序と意味と目的をもたらすような方法で、科学と宗教を一体化させようとした点に注目し、1860 年に私家版として出版した、「神」の問題に取り組んだ「Suggestions for Thought」を副テキストとして、ナイチンゲールの宗教性に着目し、スピリチュアルを重視する「看護学」と看護実践のありようを検討することが本研究の特色であると述べている。

*

報告書は以下のように結論づけている。

1. ナイチンゲールが1860年に看護史上初めて、「Nursing」（看護）という言葉概念化した背景には、産業革命以後の人間と自然（Science）との関係で知識論が問われていくなかで、人間と自然と神との関係の中で、「Nursing」を論述させたいとする考えが推察された。言い換えれば、当時のイギリス社会の工業化が飛躍的な進歩を遂げる一方で、劣悪になっていく衛生環境と、クリミア戦争での野戦病院の実践を通して、「看護とは、新鮮な空気や陽光、暖かさや清潔さや静かさを適切に保ち、食事を適切に選び管理する、すなわち患者にとっての生命力の消耗が最小になるようにして、これらすべてを適切におこなうことである」と環境に着目した背景には神の存在の中のみ把握しえる自然に関する真理への問いかけがあることが推察された。時を経た現在に普遍化される「看護とは何か」への問いと、スピリチュアルを重視する「看護学」のありようの論考に有用な視座が示唆された。

2. 「NOTES ON NURSING」の序章と終章に、Nature/Native, God, Providence, Laws, Reparative, Disease, Health/Healthy の7つのキーワードが集中しており、第1命題：神の法則・生命の法則、第2命題：病気は修復作用過程であり自然の働き、第3命題：病気の症状や苦痛は、新鮮な空気、陽光、静かさ、清潔などの一部または全部が欠けていることが原因である。従って、ナイチンゲールの定義はここから発展していることが解釈される。ナイチンゲールの看護の定義の背景には、自然科学が発達して神への信仰が失われつつあった19世紀に、「自然の法則」の根源に「神の法則」があることを説き、神の本性を宿す人間の本性を人間自らが発揮できるようにしたいという主張があり、ナイチンゲールの看護観の理解には「霊性・神の問題」の大きいことが示唆された。

3. 「NOTES ON NURSING」と「Suggestions for Thought」の比較により、前者は、健康を守る女性（看護者）にむけて、ナイチンゲールのこれまでの観察と経験（実践）の集大成のメモ書きであり、近代学問として看護の概念化と専門職教育の創始と位置づけられること、後者は、無神論の労働者に向けてキリスト教を基本におき、これまでの思想的・信仰的信条、学問的思索の集大成であること。（中略）「Nursing」の定義は、人間の身体面と身体と霊的生活の相互性と、看護者（女性）が人と環境、人と神の間で実践（観察と経験）する2つのテーマから構成されると推察できる。

4. 「Nursing」と「Disease」は、明瞭に定義されているが、「Health」は多義的に使用されていた。以上、人は、病気（身体）という苦痛、苦悩の過程であっても、霊的生活

を通して神とひとつになれると考え、自然科学の「知」と神についての「知」を重ねる新しい「知」（科学）の創造として知識と実践を融合させた看護（学）を考えていたことが推察された。

以上、人は、病気（身体）という苦痛、苦悩の過程であっても、霊的生活を通して神とひとつになれると考え、自然科学の「知」と神についての「知」を重ねる新しい「知」（科学）の創造として知識と実践を融合させた看護（学）を考えていたことが推察された。

*

研究において一次資料とされた M. D. Calabria & J. A. Macrae 編：Suggestions for thought by Florence Nightingale : Slections and Commentaries, University of Pennsylvania Press (1944) は、小林章夫監訳、「真理の探求－抜粋と注解－」（うぶすな書院、2005年）と題して日本語訳が出版された。本研究者たちは翻訳 協力者として記されている。

2005年7月、ゆっくりとやってくる聖路加看護大学のエレベーターを待ちつつ、小澤道子先生は完成したばかりの「真理の探究」を、うれしそうに私に手渡してくれた。「この本は、うしろにある西村哲郎先生の“読者への手引き”から読むといいわよ」というアドバイスを従って、44頁に及ぶ「読者への手引き」を2週間後に読み終えたと伝えると、「そう、よかったでしょ」と満面の笑みをうかべて、そっと私の肩に手をおいた。

ナイチンゲールの研究を始めるので、抄読会に来ないかと誘われたのは、私が聖路加国際病院の看護部長・副院長として仕事を始めた頃であった。精神的なゆとりのなかった私は、その後一度も彼女の研究会には参加する機会がなかった。内面の情熱とたたずまいの静謐さの均衡のとれた、彼女の研究テーマそのものの生き方をした人生の先輩であった。





心の潤い

看護師 井部 俊子

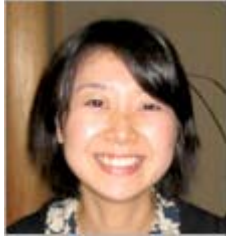


こんにちは、私は「看護師」となってから長いのですが、白衣を着なくなってから 10 年以上たっています。今の仕事は聖路加看護大学の学長であり、看護管理学の教授でもあります。日本看護協会副会長でもあり、日本看護管理学会理事長もしています。10 月 27 日と 28 日に開催される第 43 回 日本病院管理学会 学術総会の会長でもあります。その他、いわゆる「社会活動」としていくつかの委員をひきうけ、看護人員体制の研究もやっています。

私は立原正秋という作家に感化され「秘すれば花なり」をモットーにしている自称、文学少女です。いろんなことをあとまわしにしても、好きな作家の小説を むさぼるように読むクセがあります。この間、読んだのは村上春樹の『東京奇譚集』です。今、書店に行くと（マイ書店は銀座の教文館ですが）、平（ひら）積みになっているのですぐ目に入ります。この本は、著者の身に起ったいくつかの「不思議な出来事」をじかに語ったということですが、一番目の「偶然の旅人」が実に身にしみてよかったです。

主人公は、ピアノ調律師で多摩川の近くに住むゲイです。三歳年下のボーイフレンドがいます。二人は別々に暮らしています。ガールフレンドに「ホモ・セク シャルなんだと思う」と打ち明けたことで、周囲に知れわたり、家族の中でもっとも親しかった、二つ年上の姉と仲違いをしてしまったことが「何よりこたえた」のです。彼は火曜日にきまって、あるカフェで数時間読書をするのが日課となっています。いつものように、チャールズ・ディケンズの『荒涼館』を読んでいると、偶然にも、隣のテーブルの女性も同じ本を読んでいた声をかけてきました。この驚くべき偶然から物語は発展し、彼女は乳癌で手術を知ることになるのです。彼女の耳のほくろに姉を想い、久しぶりの再会をした時、姉も乳癌の手術を受けることになったと打ち明けるのです。このことで姉と仲直りができ、彼の人生はひとつ前に進めたのです。

このようなあらすじですが、村上春樹の何ともいえない味わい深い文章にしばし酔いしれてしまいました。私はこうして心の潤いを得て、また日常にもどるのです。



「胎内めぐり」の体験

聖路加看護大学 COE 研究員 中島 民子

看護の体験は人に交わるどの世界においてもケアリングというかたちで存在していると感じている。また看護とは、学べば学ぶほどに広がるばかりで、途方もない学問だとも思う。病院という現場にいなくても、人と接する中に看護の奥深さを実感する。いかに医学が進歩し、専門的な知識があふれていても、世の中は証明しきれない未知にあふれている。生前の体験や、死後の世界と同様に、人、自然について、世界は、明らかにされていないものであふれている。

先日、友人のいる京都を訪れた。元同僚である友人は助産師で、今は故郷とする京都に住んでいる。今もたまに懐かしくなって連絡を取り、先日はたまたまスケジュールが合ったので、会うことになった。彼女に会うついで、せっかくなので一緒に京都の清水寺を散策した。清水寺を訪れたのは数年ぶり、幾度となく訪れていたものの、平日、人がまばらなときに訪れたのは初めてだった。その日はまだ残暑も厳しく、汗をかきかき、ゆっくりと坂を登った。

階段を登り、本堂の手前には、大随求（ずいく）菩薩を祀る随求堂があり、「胎内めぐり」ができるという場所を見つけた。お釈迦様の胎内をめぐるとの体験である。私も友人も初めてだったので入ってみることにした。



清水寺

光のまったく入らない暗闇、木製の太い手すり、その大きな数珠にも見えるひんやりとした手すりを左手でつかみ、それだけを頼りに、冷たい石づくりの床をはだしてぺたぺたと歩いていく。歩いているうちに、体の熱いはとれ、汗がちょうどいい具合に冷えていた。体感温度は違うだろうけれど、しかし胎児は本当に、こんなに暗いなか9ヶ月もの時を過ごすのであろうか。真っ暗な中、水の中でどのように母親の声を聞いているのであろうか。

私は仏教徒ではないのだが、この体験は貴重なもので、暗闇の中で真剣に未知の体験について考えてしまった。

子宮の底辺という部分が折り返り地点になっており、丸石がおいてあった。そこにはやわらかい光が差しており、随求石と呼ばれる石が浮かび上がっていた。たかが数分真つ暗闇にいただけでも、光はとても暖かく、希望に満ち溢れるものを感じた。胎児は、きっとあふれんばかりの期待で生誕の体験をしてくるに違いない。



随求石

休暇中でも、病院の現場を離れていても、人の生死、自分以外の家族、世界のほんの一握りの人口に過ぎないが、人の感動や苦しみを身近に感じることでできる看護は本当に貴重な体験なのだなあ・・・などと、改めて看護のよさを味わうことがある。患者の安全すら危うい現場において、現場での看護という世界の広がり、喜び、そういう看護の味わいを日々実感する余裕なく、それを押しつぶす劣悪な労働環境に改善策があること、複雑な看護師の労働環境において、患者や家族だけでなく、現場や職場、そこにいる人々に対してもケアが行き届くこと、「胎内めぐり」の体験と看護の現場の体験を振り返り通り、看護や社会に対して祈りをこめる。



「大人になってから学ぶ時」

聖路加看護大学 外崎 明子



私は成人看護学を担当する教員ですが、本当のところ看護を強く志して看護学部に進学したのではなく、このため当初は戸惑いを感じていたように記憶しています。しかし看護学を学び、実践し、研究し、さらに教える立場になり、自分の人生が折り返し地点を過ぎ

た今、この道を選んでよかったと思うことがしばしばあります。

その1つは、「人の強さ、そしてあわせ持つ脆さ」を感じる面白さです。私は職業上、辛く厳しい病気を抱えながら、希望やユーモアを持ちながら生活する人 やその患者様を支えるご家族の姿を見るが多くあります。そんな時人は「どんな立場になっても自分なりの希望を見出して、自分の人生の意味や価値観をその状況に見合うように上手に折り合いをつけて変化させ、その場を乗り切ろうとする」という強い力をもっていることに気づかされます。同時に人は自分の中で わき起こるこのような変化に対しては上手に状況を乗り越える力を見せますが、「他人から指摘されたり、説得されても、なかなか自分を変えられない」という、(一面強さでもありますが) 脆さ、弱さも持っています。ここが「子ども」とは異なる大人の特徴です。これが現在注目の「メタボリック・シンドローム」を予防するために生活習慣を変える必要性を論されていても、なかなか食生活や運動習慣を簡単には変えられない原因となっています。

私はここ数年、スポーツジムに通うことが大切な生活の一部です。仕事、家事、子育てなどさまざまな時間的制約がある中で、ジムに通う時間を確保することが 自分へのご褒美であるような感覚を持ちます。そして学ぶことの面白さを感じることも、今の自分の糧になっているのだと、自分に都合よく意味づけています。

スポーツジムには年齢、職業、運動への意欲や運動能力がさまざまな人々が集まります。この人々が一つの空間で、インストラクターの指導の元、エアロビクス、ピラティス、筋力トレーニングなどで汗を流します。スタジオレッスンの場合、どの場所に位置するかは、ある程度その人の意思を示します。これは大学の 講義で学生がどの座席に着席したがるかの傾向と同様なものです。そしてそのレッスンを定期的続けるか否かは、インストラクターとの相性が左右します。 レッスンを受けることを選択したのは私自身であるにもかかわらず、「苦しかったトレーニングを応援し、トレーニングを完遂したことをねぎらうだろうか」、「難易度が高まって劣等感を持ちそうな時に、わかりやすく次の段階へ導いてくれるだろうか」、「少しずつでも前進していることをしっかり記憶に留めて、フィードバックを返すだろうか」、「頑張れるエネルギーがある日を見抜いて強く励まし、反面、エネルギーが不足している日はそれなりに見過ごして欲しい」といった欲求を持ちながら、レッスンに参加している自分を感じます。そしてこのような多種多様なニーズを持つ一様ではない集団を教え導くのが、インストラクターという職業です。

これは私の今の職業である、学生を導くこと、さらに患者様が病気と折り合いを付けながら生活を調整しなければならない時に、その人を変える手助けをすることと共通する面がたくさんあります。大人になった人は「説得するだけではなかなか変わってくれない」

というのは、これまで看護師として多くの人と関わる中で感じ取ったことです。しかし苦しくても、その人の気持ちが満足する面を見いだして支えていくと、人は自分の力で達成感を獲得しながら、前進しようとする力を持っています。その人が自分の力で前進する力を発揮できるように、盛り立て、励まし、関心を示し、難しくて圧倒されてしまいそうなことをわかりやすく分解して消化（理解）を助けるのが、援助者である私の仕事なのだろうと、自分が学ぶ立場に身を置くとときに感じています。



「看護の醍醐味」
看護師 佐居 由美



看護の醍醐味は？と人に聞かれると、私は、間違いなく「患者さんの回復過程に立ち会えること」と答えるだろう。私は、外科病棟で看護師として勤務していたので、10数cmにおよぶ手術の傷で手術当日はとても痛くて動くこともままならない患者さんが、日に日に傷が治癒し動けるようになり、傷がくっついて元気になっていく姿をみる機会が多かった。いつも、目の前で展開される人間の回復力のすばらしさに感動していた。痛み苦しんでいた患者さんが、元気になり回復していく様子を見ることは本当に嬉しかったし、その回復過程がスムーズに進行するように患者さんの入院生活を支える看護師の仕事が面白いなあと感じていた。

私が集中治療室で勤務していたとき、泌尿器系の大きな手術後に集中治療室に入室してこられた50歳代の男性（Aさん）がいた。手術後はとても痛みが激しかったが、私は主治医と相談しながら、痛み止めの薬を使ってAさんが少しでも早くベッドから離れて歩くことが出来るように、また、歩きやすいように点滴類をまとめたりと配慮した。Aさんは経過が良好で、翌日には一般病棟に移られた。そのAさんが、退院を明日に控えた日に、わざわざ集中治療室まで私に会いに来てくださった。「あの節はお世話になりました。おかげさまで元気に退院することができます」と笑顔でおっしゃるAさんは、とても元気で背筋をピンと伸ばし姿勢よく立っていて、手術後痛みのため前屈みになっていた姿はどこへやら、といった感じだった。私がAさんを受け持ったのは、Aさんの長い入院生活の中のほんの1日だけだったはずである。けれど、Aさんはわざわざ私に会いに集中治療室に来てくれた。そんなAさんを見て、看護師冥利につきると感じた。

あるとき、ナイチンゲールの「看護覚え書」のなかに、「看護は修復過程を助けるべきである(Nursing ought to assist the reparative process)」という一節¹⁾をみつけた。看護学生時代には読んだであろう先人のこの本のことは、私の記憶からすっかり消えていたが、看護師になり改めてナイチンゲールの書に触れ、彼女の偉大さを感じずにはいられなかった。

けれど、看護の仕事というのは、時には、患者さんの死と向き合わなければいけないときがある。あるとき、癌が肺に転移して呼吸がしにくくて、とても苦しんでいる患者さん(Tさん)がいた。その患者さんは、50歳台の女性の方でバリバリのキャリアウーマンだった。男の子3人の母親でもあった。ある日、Tさんの呼吸の苦しみを和らげるための薬が処方された。その薬は、痛みも和らげるけれど、眠くなる作用もあった。その薬がTさんに投与された翌日、Tさんは、「看護婦さん、私は息が苦しくても、起きていたい。みんなと話がしたい。」と、苦しい呼吸の中、息も絶え絶えに私に言った。それを聞き、Tさんの痛みをつらくてみていられなかったご家族も、私も一様に驚いた。“患者さんの痛みをとること”、そのことばかりに気をとられ、Tさん自身がどうしたいか、ということに考えが及ばなかった自分を恥じた。そして、“患者さんは、苦しいことはとってほしいに決まっている”と思い込んでいる自分にも気づいた。即刻、その薬の投与は中止された。看護の奥深さを痛感した出来事であった。今から、数年前の苦い思い出である。

先日、「自分で決めた生き方を実践するために」というテーマのシンポジウムに参加した。そのとき、最後まで自分で決めた生き方を貫いたTさんのことが頭をよぎり、患者さん自身の思いを常に尊重する、そんな看護師でありたい、と思った



病院のお正月
看護師 中村綾子



クリスマスが終わると、私が働いていた外科病棟では患者が一人、また一人と退院していく。年末年始は手術もなくなるので、予定の入院はほとんどなく、1年で最も静かな季節を迎える。とはいっても、病状が落ち着かず家で過ごすことが難しい方、急な病気で入院となった方など、毎年、数名は病院でお正月を迎えることになる。

私はよく、お正月に働くスタッフに選ばれた。私の実家は東京にあり、勤務を終えてからでも実家でお正月を過ごせるという理由からだ。11月の終わりには12月と1月の半ばまでの勤務が決められ発表になるが、改めて、1月1日の欄に日勤と記されているのを見ると「今年もか」と複雑な気持ちになったものだ。

さて1月1日。この日ばかりは病院の寮ではなく、大みそかから帰った実家で目覚める。病院の敷地内にある寮とは違い、通勤時間がかかるのでいつもよりずっと早起きをしなければならない。さっき紅白を見終えたばかりなのにと思いつつ、えいっと思い切って布団から飛び出る。母も物音に気づき、私を気遣って起きてくる。そうして、母特製のお雑煮で体を温めてから家を出る。

病棟では、年越しの夜勤を勤めた仲間と交代する。夜勤2人から日勤3人へ。小さな輪になると「あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひします。」と、わざと恭しく挨拶してから、申し送りに入る。こんな挨拶から始められるのはそれだけ落ち着いた夜勤であったということであり、申し送りもすぐに終わる。

病室を回り、患者ともお正月の挨拶を改まって交わし、それから微笑み合う。こうして、お正月に入院している患者と、お正月から働いている看護師の間には、「一緒にちょっと特別な体験をしている」という思いが共有される気がして、私は連帯感を覚える。「まさかこんな形でお正月を過ごすことになるとは思わなかったよ。毎年正月は仕事だったからさ。」と語る方もいる。でも決して暗い声ではない。私はその患者の語りに静かに耳を傾ける。普段のあわただしい病棟の中ではつかめない、患者の思いに触れたような気になる。

ところで、病院のお正月は、食事も少しお正月だ。患者食もそうだが、私たちの利用する職員食堂の定食もおせち料理を意識したメニューになる。いつもは席を探すのが大変な職員食堂だが、がらんとしていて、かえってどこに座って良いのか戸惑う。

夕方夜勤のスタッフに短い申し送りを終えると、また私は実家へと急ぐ。お正月の電車はすいている。初詣帰りの人も見かけるが、私のように仕事帰りで見受けられる人もちらほらいる。駅員も働いている。私は、またちょっとだけ勝手に連帯感を覚える。

帰宅後、両親から、新年の親族の集いの様子を聞きながら、御屠蘇を少し飲み、今年2度目のおせちを食べる。そして明日の勤務に備える。

これは何年か前の話だが、病院のお正月もそう悪くないと私は思う。

