

からだのとしょかん通信

分かりやすい医学情報を集めた「からだのとしょかん」は
外来棟2階にあります。どうぞご利用ください。 ※感染症対策中

2023年4月号

患者さんとの接し方

内科 今井 洋介

病気と診断されたご家族や友人など身近な相手に対して、どのように接したらよいか、つらそうだけれど、声を掛けてもいいのかな？と悩まれる方もいらっしゃるかもしれません。

患者さんとの接し方・コミュニケーションについて、内科の今井医師からレクチャーです(2023年3月寄稿)。

仏教では、実践すべき8つの行動を八正道(はっしょうどう)といいます。

八正道の中に正見(しょうけん)というものがあります。

自分の固定観念をいれずに物事のありのままをみる、ということです。

まず、思い入れなどを極力捨ててよく見ること。そして、気づくことです。

言語的にも、非言語的にも、患者さんの発しているサインを見逃さないことです。

そして、何か気が付いたことがあれば、労り(いたわり)の心をのせて、言葉に表してみるとよいと思います。足、痛そうだね。おなか、さすっていたね。よく眠れたかい？など身体のつらさに気が付き、おもんばかりの声掛けがどうしても増えますが、今日は何かうれしそうだね。昨日より顔色が良いね。など、良いサインを見つけたら、そこをしっかりと伝えてあげることも喜びを共有するきっかけになります。

重い病気で体が弱っている方は、鎮痛剤などで認知機能が落ちている部分もありますが、触覚や嗅覚、聴覚などが、平常とは異なる形で敏感になっていることもあります。

患者さんのテリトリーにはいる時には、ノックをするような感じで、お声掛けをしましょう。

お話しをしたそうなそぶりがあれば、ゆったりと言葉を待ちましょう。出てきた言葉が後ろ向きなものであっても頭から否定することはせず、そんな風に感じていたんだね、つらかったね、としんどい気持ちを受け止めましょう。ときには、どうしてそんな風に思ったのかをお尋ねすることで、その言葉の奥にひそむ心を知ることができるかもしれません。

胸の中にある思いを打ち明けてくれた際には、しっかりと共感し、そのように大切な思いを打ち明けてくれたことに感謝しましょう。

心の奥にある言葉はなかなかすぐには出てこないものです。時には沈黙する時間を大切にして、奥底から出てくる言葉を待つことも大切です。病気の話をしているときの沈黙は少しこわいもので、明るい言葉でなくしてしまいたくなりますが、まとまらない考えや感情を咀嚼(そしゃく)し胎(はら)におとしこむ大切な時間でもあります。

患者さんの感情に気づき、十分共感し、一緒の方向を向いて寄り添うことができれば、決して会話が空回りしたり、けんか腰になってしまったりすることはないでしょう。

しかしながら実際は、患者さんが好むコミュニケーションスタイルは千差万別です。

まずは、しっかりと観察するところから始めてください。



からだのとしょかん 新刊のご案内

図書室

からだのとしょかに新しい本が入りました。2022年度に受け入れた本の一部を紹介します。どうぞ、お気軽にお立ち寄りください。(貸出中の場合はご容赦ください)

●定期購読雑誌

NHK きょうの健康 / 栄養と料理

●新刊図書（一部抜粋）

No.	書名	見出し	著者	出版社	出版年
1675	はじめての放射線治療：その疑問に答えます	放射線	笹井 啓資	ロギカ書房	2021
1677	がんの？に答える本	がん	日本対がん協会	学研	2022
1678	腎臓病の料理のコツ早わかり	食事	竹内富喜子	女子栄養大学出版部	2021
1683	遺伝性乳がん卵巣がんを知ろう!：みんなのためのガイドブック	婦人科	ゲノム情報を活用した遺伝性腫瘍の先制的医療提供体制の整備に関する研究班	金原出版	2022
1685	一食十色：食べる選択肢に「いろ」を。	食事	猫舌堂	猫舌堂	2022
1687	がんってどんな病気？（よくわかるがんの話；1）	がん	林 和彦	保育社	2019
1688	がんの治療と生活は？（よくわかるがんの話；2）	がん	林 和彦	保育社	2019
1689	がんは体のどこにできる？（よくわかるがんの話；3）	がん	林 和彦	保育社	2019
1690	もし親友が婦人科医で、何でも聞けるとしたら？	婦人科	シーラ・デ・リス	サンマーク出版	2022
1691	教えて!マジカルドクター：病気のこと、お医者さんのこと	医学	大塚 篤司, 油沼	丸善出版	2021
1692	そして歩き出す：サッカーと白血病と僕の日常	白血病	早川 史哉	徳間書店	2019
1694	骨髄ドナーやりました!	血液	水谷 さるころ	少年画報社	2020
1697	がん患者のこころをささえる言葉	読み物	清水 研	KADOKAWA	2022
1698	医者がすすめるクッキングリハビリ	栄養	丸田 淳司, 小原由紀	海鳥社	2022
1701	お薬事典：オールカラー決定版!	薬	郷 龍一	自由国民社	2022
1702	病院で受ける検査がわかる本	検査	高木 康, 田口 進	法研	2020
1703	やさしくわかる抗がん剤の副作用とその対処法：いつもと同じ日常を過ごすために	抗がん剤	清水 奈緒美, 坪井香	法研	2021
1709	完全図解 介護に必要な医療と薬の全知識	介護	長尾 和宏, 三好春樹	講談社	2022
1714	もしもあなたの大切な人が末期がんになったら	読み物	福山 嘉綱, 堀 弘子	青崩堂	2022
1715	すばらしい人体：あなたの体をめぐる知的冒険	知識	山本 健人	ダイヤモンド社	2021
1716	ひとまずがんの治療を終えたあなたへ	がん	フランス・グッドハート	国書刊行会	2015
1717	マンガで学ぶ!がんのキホン	がん	近藤 慎太郎	医学書院	2023
1718	患者さんのための胃がん治療ガイドライン 2023年版	胃がん	日本胃癌学会	金原出版	2023
1719	患者さんのための乳がん診療ガイドライン 2023年版	乳がん	日本乳癌学会	金原出版	2023