

手に焦点をあてた看護学生の演習と実習

尾崎 フサ子 (佐久大学看護学部)

手を使うことが看護につながることは知りませんでした。そんな中 1974 年に、American Journal of Nursing (1973) に掲載されていた“Touching is Talking”を見つけました。著者 (Irene M. Burnside) はインディアン握手を使って、軽い精神障害者の反応を変えようとする看護を試みていました。その後、1985 年にミネソタ大学の Dr. Snyder から著書 “Independent Nursing Interventions” が送られてきました。本の内容は、①看護の概観、②身体的介入、③認識的介入、④感覚的介入、⑤社会的介入、⑥研究、の 6 部構成でした。1999 年看護学専攻の 4 年制設置時には、手を使った看護、聴く看護を中心とした科目を立ち上げました。科目は看護療法演習・実習と命名しました。具体的内容は、意図的タッチ、指圧、オイルを用いたマッサージ、他には関心を持って聴くことに対して回想療法、ナラティブアプローチそしてリラクセスを提供する漸進的リラクゼーションです。

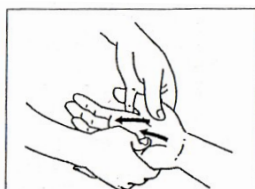
看護療法演習を終えての学生の感想に「看護療法演習は、知っていて得する技術・知識が沢山...、知っていなくてもナースとして働けると思いますが、この技術、知識は患者の精神的な面、患者理解にとっても役立つものとなると感じました...」とあり、看護療法が学生に理解されていることを喜びました。

臨地実習に出た 2 年生が受け持ち患者の電子カルテに「学生さんにマッサージしてもらい、夜、快眠が得られたよう」との記載をみて、3 年生をうらやましく思ったようでした。患者さんは毎晩服用していた眠剤をその晩は服用しなかったことの記録でした。演習で習得した技術を活用する看護療法実習でしたが、それなりの成果がでていました。

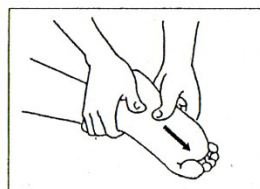
手を使った看護で筆者の力になっていることばは「手は最も豊かに人間の意志を伝え具現する。顔と並ぶほどに豊かな表情に富み、同じほど精妙に感情を表現する。」と書かれた小馬徹のことばです。さらに Snyder がインタビューを受けている時に、雑誌者の人が、「看護師さんは忙しくてマッサージ等はなかなかできないと思いますよ。」と言われた時に、「... 器械を使う仕事も大切です。しかし、そこに、手を使った看護と同じような満足感が出てこない...」と話されたことです。

どこでも、必要なときに手を使って安楽が提供できること、大切な財産にしたいと思います。

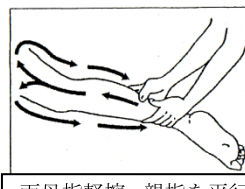
下記の図はマッサージの方法の一例です。参考にしていただけたら幸いです。



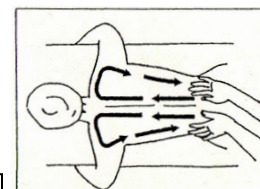
両母指強擦。母指で手のひらを強擦する。
強擦。母指で手のひらを強擦する。



母指強擦。左右の母指で交互にかかるとから指先に向かって強くこする。



両母指軽擦。親指を平行にそろえ、軽く圧迫するように大腿部まで滑らせ、両側面を通って戻る。



両手掌軽度。両手掌で背部全体を軽擦