

「なぜ?からの出発」

猪熊 京子 (東京女子医科大学病院看護部)

近年、看護職への役割期待は大きく医療の質は、看護の質で決まると言われている。看護の現場は、常に疑問や戸惑いの『なぜ?』が満ちている。しかし『なぜ?』と思ったときに立ち止まり、意識して考えなくてはその『なぜ?』は流されるものである。私が大学院へ進学する動機となったのは、食の看護場面で多くの『なぜ?』への気懸からである。

私は、呼吸器病棟に入院している COPD 患者が痩せている傾向にあることや食べることに對して「疲れる」「関心がない」という言葉が気になり、「食べること」がどのように身体に影響を及ぼしているのか疑問に感じた。この疑問から研究のテーマは、「COPD 患者の食事摂取行動が身体に及ぼす影響」-酸素飽和度の変化を通して-とした。

研究結果は、健康な老人と COPD 患者のいずれにも食事摂取時の SpO₂ の低下が認められ、特に COPD 患者は有意な低下を示した。COPD 患者は、食事摂取時に深呼吸・肩呼吸・胸郭を前後に動かし休息を入れるなど、それぞれの特徴ある行動が観察された。この特徴ある行動は SpO₂ の回復に繋がっていた。

これらの研究結果を患者に示すことで、患者は食事中の身体に起こっていることと SpO₂ の変化は一致することを理解し納得した。例えば、舞踊家である A 氏は、仕舞や謡曲で身につけた深呼吸法を食事中に取り入れていた。A 氏は深呼吸と SpO₂ の変化を示すことで、「これまでの生活の中で、息苦しいときに深呼吸をしていたが、これは SpO₂ を高めることに繋がるんですね」と納得し、「どのようなときに SpO₂ が低下するのか知りたい」とパルスオキシメータを購入し、それを活用して食事の仕方を工夫するようになり退院するに至った。

本研究を通し看護師は、研究結果を全患者と共有することができた。患者は自分の食べ方の特徴に気付いたり、看護者と共に負担の少ない食べ方の工夫について話し合い実践した。その結果、ある患者は「以前に比べて食べるのが楽だった」「楽に食べられるようになった」などの変化が認められた。患者は自信の身体を管理するというセルフケア行動を身につけることにより、QOL を高めることが可能であると考えられる。看護実践者として、大学院での『なぜ?』からの学びは、日々直面する看護への問いかけや疑問を言語化し、更に、理論を用いて実践を検証し、実践を理論化へと導くことにより看護の質の向上に寄与することに繋がると考える。村上和雄は「生命の暗号」の中で学問の真の喜びとは、日々の精進と探究でわからないことがわかり、その成果が「人の役にたつ」ことであると述べている。日常遭遇する『なぜ?』に気を止め、探究しようとする一歩が学びの始まりであると考えられる。看護者として小さな疑問の『なぜ?』に敏感で有り続けたい。