

【課題2】中溝さんの病みの軌跡

2023年度 成人看護援助論 I 第17・18回白血病

2023年11月14日(火)

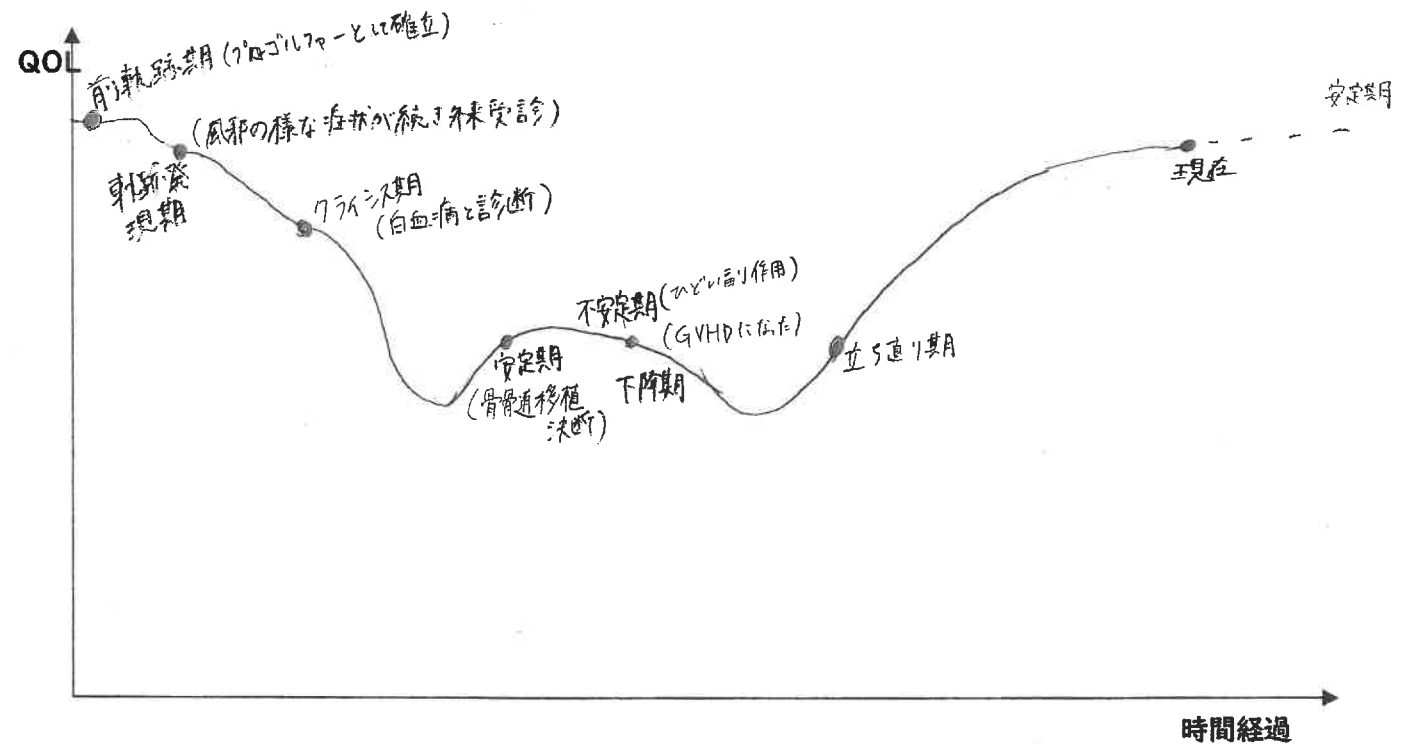
【課題1】中溝さんの話をうかがって

私は、中溝さんの話を聞いて「こんなにも苦難を乗り越えてきた勇気を与えている人がいるのか」と感銘を受けました。中溝さんは、骨髄異形成症候群という白血病の一種である病気にプロゴールフェーとして液に乗り始めた時になってしまいました。これは、治療法が無くてもできることは骨髄移植のみにあるのにも関わらず、HLAが一致しないとその骨髄移植すらできない病気です。中溝さんは、ドナーが見つからずに死んでいく人を見ていたために、「自分もその一員のように死んでいく」という恐怖に怯えていました。奇跡的に、妹のHLAが一致していたこととある相撲の親方からの場で造血幹細胞移植まで約6年かかっていたことになりました。しかし、強力なエンドキサンという抗がん剤により中溝さん自身にこんなにもきついことはない程度の副作用を受けてしまいました。もし看護師として中溝さんの看護に担当するのなら、どんな事ができたのだろうと思います。経験したことのないからむやみに共感することも嫌だと感じられるだろうし、食事も摂取することが難しいだろうなと悩んでばかりで今の私だったら何もできないのではなかと自分の無力さを痛感しました。また、青木先生はこの時に担当看護師としてどのように接していたのだろうとも思いました。そんな中、3ヶ月後くらいにGVHDという攻撃型の免疫反応が起こり、口腔粘膜のただれが症状として出て点滴食となってしまいました。私だったら、自殺という選択を選んだらと思います。それでも中溝さんは周りの様々なことに対して失礼だと強く感じて「絶対に生き延びてやる」と決心したそうです。その言葉を聞いて私は「なんで責任感と強い気持ちを持ってからいい人なんだ」と涙を流しながら強く感じました。中溝さんはそのような辛い窮地に立っていても周りの人達の事を考えられることに刺激を受けました。GVHDが起こってしまったために、妹が自分のせいだと思ってパニック症候群になってしまったことも知りました。お母様は、娘2人が精神的にも身体的にも不健康な状態にどう接するべきかと悩まれたと思います。看護師ならば、家族のケアが必要です。私だったら、家族になんと声をかけるだろうと考えました。色々なことを考慮しながら、声をかけられないと思ったので、時にはあまり話しかけずにさっさとおいたり、背中をさすりながら「一緒に頑張ろう」という一言でいいのかなと思います。中溝さんの「患者もそれなりに頑張っている」とおっしゃることを聞いて毎日の様に「今日も頑張ろう」や「一緒に頑張ろう」などは家族には言っていない言葉かもしれませんが患者には言わない方がいい場合もあるのかなと思いました。それは、患者から「もう頑張っているし」と思わせて信頼関係が築きにくいものになるのかなと考えたからです。

五体満足で生まれてきて、急に病気になって今までの生活が送れないことだと思っているのだと改めて感じました。だから、私はこれから看護師として病気と闘う人達の独りだと思われないような「この看護師さんとも一緒に頑張るんだ」と思ってもらえる存在になりたいと思います。緩和の看護を見つけるためには、色々な知識が必要だと思います。今、不自由な健康な体だからここのことができることを一生懸命取り組んでいきたいと思います」ということかできたお話でした。

軌跡の局面	中溝さんの今までのうち、いつのどんな状況が該当するか	看護の方向性
前軌跡期	プロゴールフェーとして軌道に乗り始めた	
軌跡発現期	息切れが著明で、7方には発熱、顔が青白くていつまで風邪が治らず坂道は足が重くて歩けず全身倦怠感が出ていた	主訴を把握し、必要な検査の確認
急性期	なしと考える	
クライシス期	骨髄異形成症候群(白血病の一種)だと診断された、ドナーが見つからずにくる人を見ていた	安心できる声かけをする
安定期	相撲業の親方にも話を聞いてもらって、骨髄移植を決断した「勝つためにはゴリがけが必要だ」と思った	精神状態を保持できるように今まで通りで接する
不安定期	強力な抗がん剤(エンドキサン)を投与したこと、想像より遠回りなツライ倦怠感に襲われて死ぬのではなかと感じた	孤独にならないように声かけをする、日光を浴びて気持ちをリフレッシュさせる
下降期	GVHDになり、3年間点滴食で空腹なのに匂いだけで食べられない	口腔内観察を行う、食べ物が残った時のためにクセするようには声かけをする
立ち直り期	母の泣いている姿や妹がパニック症候群になったこと、色々なことを経験して失礼だと思い、絶対に生き延びてやると思った	苦痛の緩和とメンタルケアのケア

\*下図には軌跡と局面を描く。エピソード(身体・心理・社会面)と治療やデータなども記入する。



課題1と2に取り組んで気づいたこと

中溝さんの話を聞いた時の衝撃や感じたことをもとに分かりやすく伝えたいのに文章にするには難しいと感じました。軌跡の局面に当てはめる時は、テラレトのように人の人生は決まっていたから当てはめることが難しいのだです。しかし、中溝さんの人生に近い病みの軌跡を書くことで具体的に把握することが出来ました。

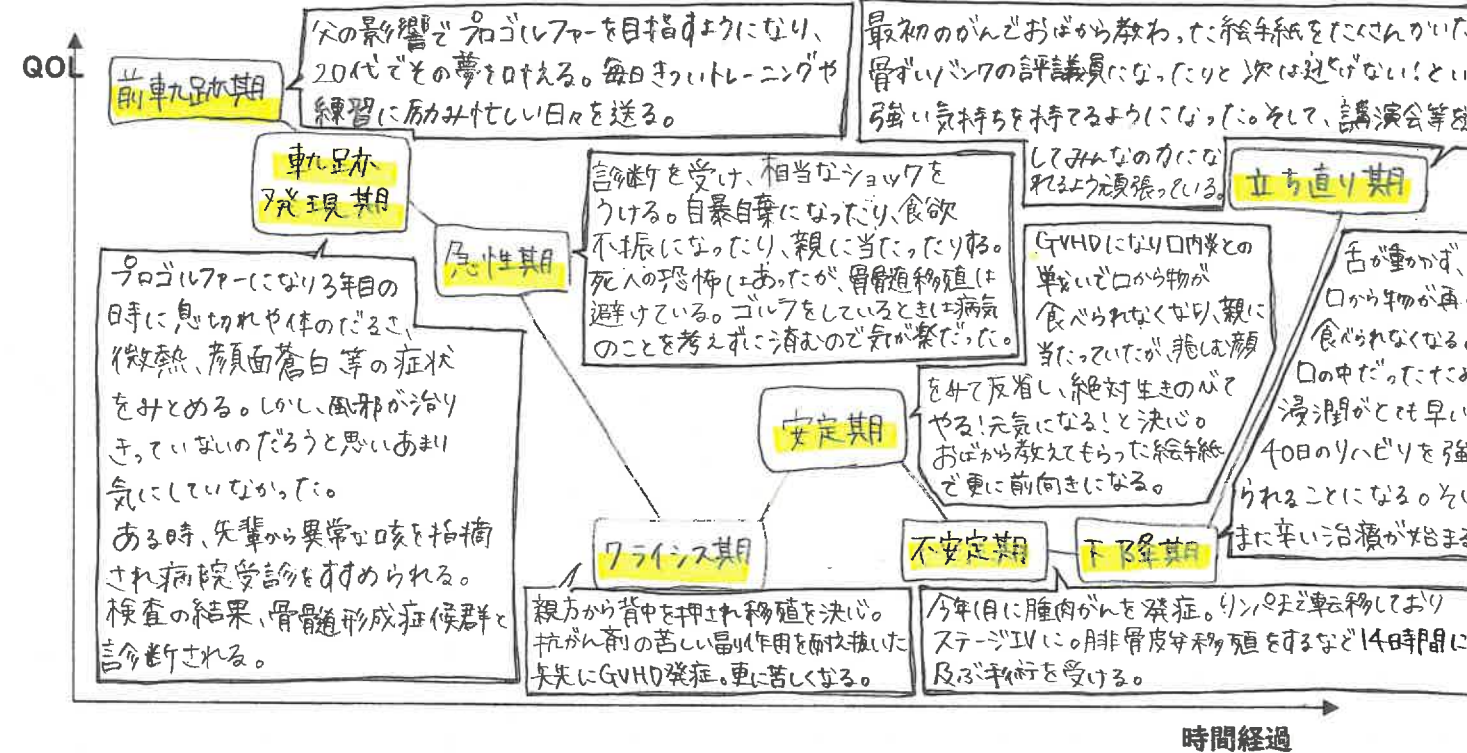
【課題1】中溝さんの話をうかがって

まず中溝さんは、プロゴルファーとして活躍されており、これからどんどん夢に向かって進んでいくぞというところで骨髄形成症候群を診断され、本当にお辛いのだと思うと思います。看護士を目指している私は、日々の学習の中でよく「患者のために」という言葉を使います。しかし、今回のお話をうかがって簡単に使うべきではないなと思いました。口というのは簡単ですが、人は経験しているのとしていないのとは見方も考え方がまったく違うと思います。やはり経験をしていなければ本当の辛さや苦しさは分かりません。かといって言葉もすべてを経験するのは不可能です。そのため、安易に大丈夫です、安心してくださいと声を掛けるのは違うなと思いました。強い人は過去に辛い経験をしている、ということを知りますが中溝さんはこの言葉にピッタリだなと思います。苦しい治療を何年も続けられ、抗がん剤の副作用を乗り越え、精神的苦痛にも耐えられとても立派だなと思います。私はこの後の行動が更に素晴らしいと思いました。おば様から勧められた絵手紙で周囲の方を明るくして、骨髄バンクの評議員となり、同じように悩まれている方のお力になりたいと思っておられたりと誰かのためにという強い思いがとても伝わってきます。お話の中にもあったように当たり前が幸せという言葉は心を打たれました。今こうして何不自由なく生きられているのは奇跡であり、お話が聞けているのも、こうして文字が書けているのも奇跡で、感謝すべきだと思います。そのため、将来看護士になったら患者を尊敬しようと思います。自分が助けるのではなく、一人の人間としてたくましく生き延びる姿に尊敬の意を表し、そのお手伝いができることに感謝しようと思います。そんな大切なことを気付かせてくださり、また貴重なお話を聞かせていただき本当に有り難く思います。

【課題2】中溝さんの病みの軌跡

軌跡の局面	中溝さんの今までのうち、いつのどんな状況が該当するか	看護の方向性
前軌跡期	中学生の頃、父の影響を受けプロゴルファーを目指し、20代までプロゴルファーになり、毎日練習に励んでいた。	慢性の病気の発病予防
軌跡発現期	プロゴルファーになり3年目の時、息切れ、足のぼろ、微熱、顔面蒼白等の症状がみられ、先輩から異常な咳を指摘され受診。	適切な軌跡への予想に基づき、全生計画を再評価
急性期	検査の結果、骨髄形成症候群と診断され、ショックを受け自暴自棄や食欲不振などになる。骨髄移植を拒んでいる様子。	病気をコントロールのもとに置くこと、今までの生活史と毎日の生活活動を再び開始する
クライシス期	骨髄移植を行い無菌室に入りお風呂に入らずに過ごし、抗がん剤の影響で体がだるくしんどくなる。その後GVHD発症と重なる治療の負担がかかる。	生活への脅威を取り去る
安定期	GVHDの症状、口内炎になり口から食事ができなくなり、精神的に不安定だったがおばの励みにより絵手紙を始め、どんどん前向きになる。	安定した状況・生活史への影響、毎日の生活活動を維持する
不安定期	今年1月に腫瘍がんを発症し、リンパまで転移しておりステージIVと診断を受けた。気道切開や14時間間隔に及ぶ非骨髄移植を受け。	毎日の生活活動を遂行する能力の妨げとなるような状況をコントロール
下降期	7月の処置で舌が重かずに口から栄養を摂取できない時期がまた続く。	機能障害の増加に対応する。毎日の生活活動における必要な調整を行う。
立ち直り期	前向きな考え方ができるようになった。舌が重なくなった時期を乗り越えたからこの舌の有難さが分かった。骨髄バンクでの活動を継続。	行動力を開始し、軌跡への予想および全生計画を進める

\*下図には軌跡と局面を描く。エピソード(身体・心理・社会面)と治療やデータなども記入する。



課題1と2に取り組んで気づいたこと  
人は経験しなければ本当の辛さや苦しさは分かりません。何とか頭で想像することだけでは、どのような声掛けを行うか、患者に安心してもらうか、どうしたら症状を和らげるか、看護士である間は言葉も大切だと思います。また、患者それぞれに病みの軌跡があり、それぞれの課程において家族との関わりや生活の変化に対応する力を支援していかなければ、一人の患者が悩みを抱えることになるので経過観察も丁寧にやる必要があると思います。



【課題2】中溝さんの病みの軌跡

軌跡の局面	中溝さんの今までのうち、いつのどんな状況が該当するか	看護の方向性
前軌跡期	中学2年生からプロゴルファーを目指し、プロゴルファーになってからは毎日練習した。	慢性の病気の予防。
軌跡発現期	プロゴルファーになって3年目に、疲れやすくなり、息切れ、微熱、顔面蒼白などの症状が続いたが、本人は忙しさからの疲れだと思っていた。	適切な軌跡の予想に基づき、全体計画をつくり出す。
急性期	ゴルフの先輩に言われ、病院で検査したところ、白血病の一種、骨髄異形成症候群と診断され、医師には治療方法は骨髄移植しかないと言われ、死を宣告された。Hb7g/dL、赤血球正常値の半分、血小板=35、白血球=2000。	患者が病気のことで理解でき、自分の意志で治療法を選択できる。
クライシス期	家族のHLAを検査したところ真ん中の妹と一致。しかし、家族に迷惑をかけたなという思いがあり、骨髄移植は受けず、輸血や点滴を受けながらゴルフを続けた。病状は悪化していった。	患者の思いを聴き、理解し、生命への脅威を取り去る。
安定期	白血病の診断を受けて6年目で骨髄移植を受けることを決断。移植後は、無菌室に入り、抗がん剤の治療を開始された。長い治療も、白血球数が1000個/mm以上になったため、無菌室から出るようになった。	治療によって病状がコントロールできるように、感染のリスクや環境整備を留意する。
不安定期 副作用	GVHDの症状が出現し、口腔内全てに口内炎ができて、飲食をすることができず、経鼻経管栄養で栄養補給されていた。医師より元のように飲食できるようにするには3年かかると言われた。	口内炎の悪化を防ぐために、保清と保湿を行う。
下降期	1日中ベッドで寝たきりで、食べることもできず、ずっと布団をかぶり泣いており、母親のことも無視していた。	患者の気持ちを受け止め、機能障害の増進に対応する。
立ち直り期 絵手紙	泣いている母の姿を見て、「自分がおちこちういぶん人に死ねた」と思い始め、「絶対生きる」と決めた。そして、おばのすずめと紙手紙を始め、闘病生活の中で思い浮かんだ言葉を書き、病院中の人々に勇気を与えた。この時期初めて病室に絵手紙が貼られた。	セルフケアを身につけ、病気の再発を予防する。

【課題1】中溝さんの話をうかがって

中溝さんの話とうかがって、たくさんエネルギーと学びを得ることができました。その中で私が考えたことは2つあります。

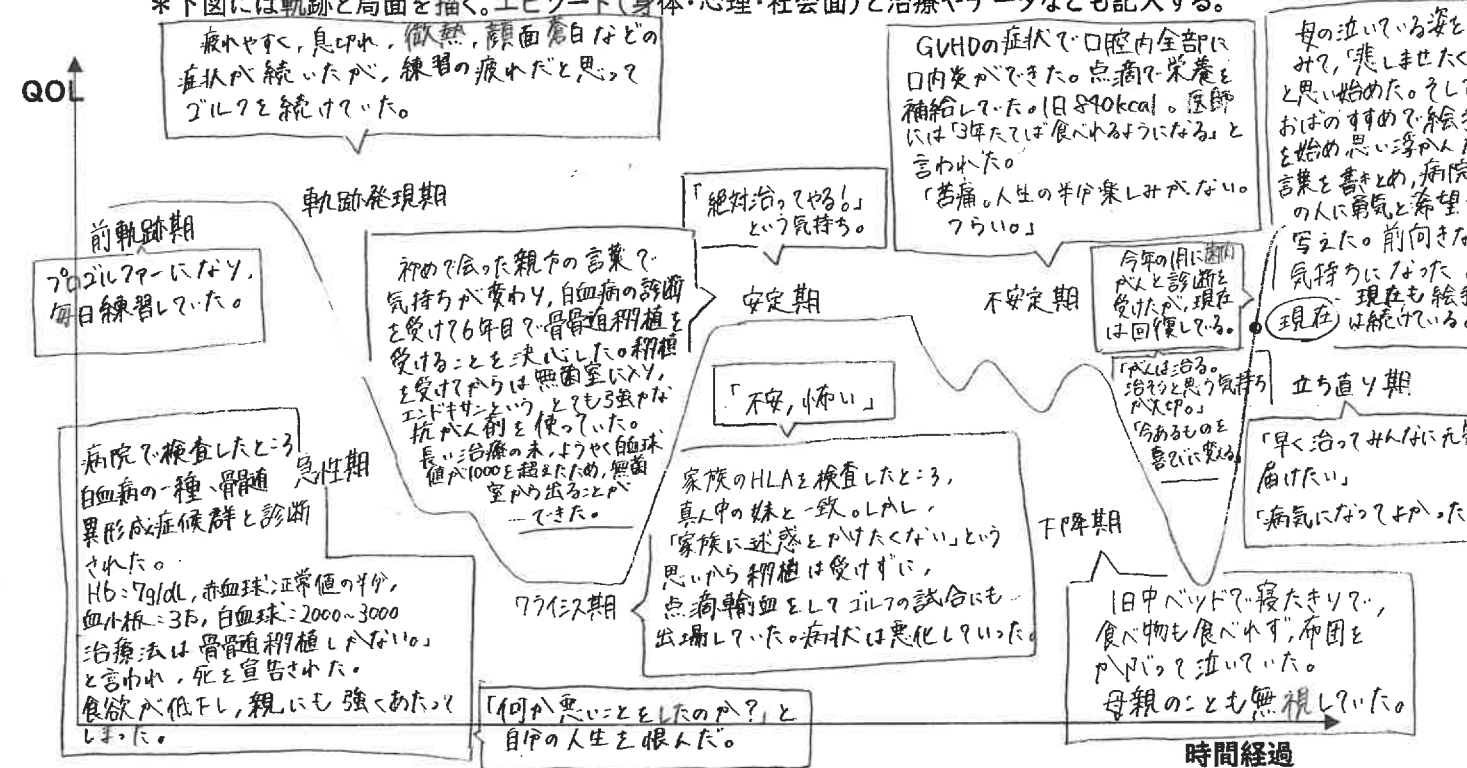
1つ目は骨髄バンクの意義や、ドナーになることの重要性についてです。中溝さんは、「自分のHLAと相手のHLAが一致する確率は兄弟姉妹で4分の1、血のつながりがない人では数日から数万分の1の確率。しかし、現代は核家族化が進行しており、骨髄移植を受けたくてもドナーが見つからず、亡くなる患者も少なくない」とおっしゃっていました。私は今まで骨髄バンクという名前だけしか知らず、詳しくは理解していませんでした。しかし、中溝さんのお話をきいて、医療従事者を目指す私たちはもっと考えていかなければいけない問題だなと思いました。

2つ目は、前向きな気持ちの大切さです。中溝さんの話とうかがって、「絶対にこうなる!」という前向きな気持ちさえ持っていれば、どんなことにも打ち勝つことができると感じました。10万人に1人の確率で発症する

白血病の一種である骨髄異形成症候群であると診断されて、授業内で私は骨髄穿刺の痛みや抗がん剤治療による副作用などのようなものであるのかは学んでおり、とても怖いものであることは理解していましたが、実際に中溝さんの体験をきいていると、私たちが想像できないほどの病気に対する苦痛や葛藤があったのだろうなと思いました。しかし、そのような長い闘病生活の中で、すごく落ち込むこともあったけれど、そこからたくさんを学び、自分がプロになる考えを導きだすことができて中溝さんはとてもすごい方だなと思いました。中溝さんは、

「周りに支えられ今の自分がある」とおっしゃっていました。私も将来、患者さんが中溝さんのように、病気になったことをプラスに考え、今あるものを喜びに変えることができる。そのような関わりや看護を提供することができると看護師になりたいなと思いました。中溝さんのお話をきいて、がん看護、血液造血期の疾患の学びがさらに深いものになり、自分の中の看護師になりたいという夢がさらに強いものになりました。私も中溝さんのように「絶対に看護師になる」という気持ちと常に持って、日々の学習も実習も、辛い時には中溝さんの言葉思い出して頑張りたいなと思いました。

\*下図には軌跡と局面を描く。エピソード(身体・心理・社会面)と治療やデータなども記入する。



課題1と2に取り組んで気づいたこと  
 白血病という病気かどのようなものか、骨髄穿刺や抗がん剤治療の痛みや患者さんの心理状態がどのようなものか理解することができ、どのように看護を提供するべきなのか考えることができた。私たちが普段なにげなくしていることは当たり前なことではないということを実感しました。医療従事者を目指す私たちがこれから患者さんと関わっていく中で、それを理解しておくことはとても大切なことだなと思いました。

【課題2】中溝さんの病みの軌跡

2023年度 成人看護援助論 I 第17・18回白血病

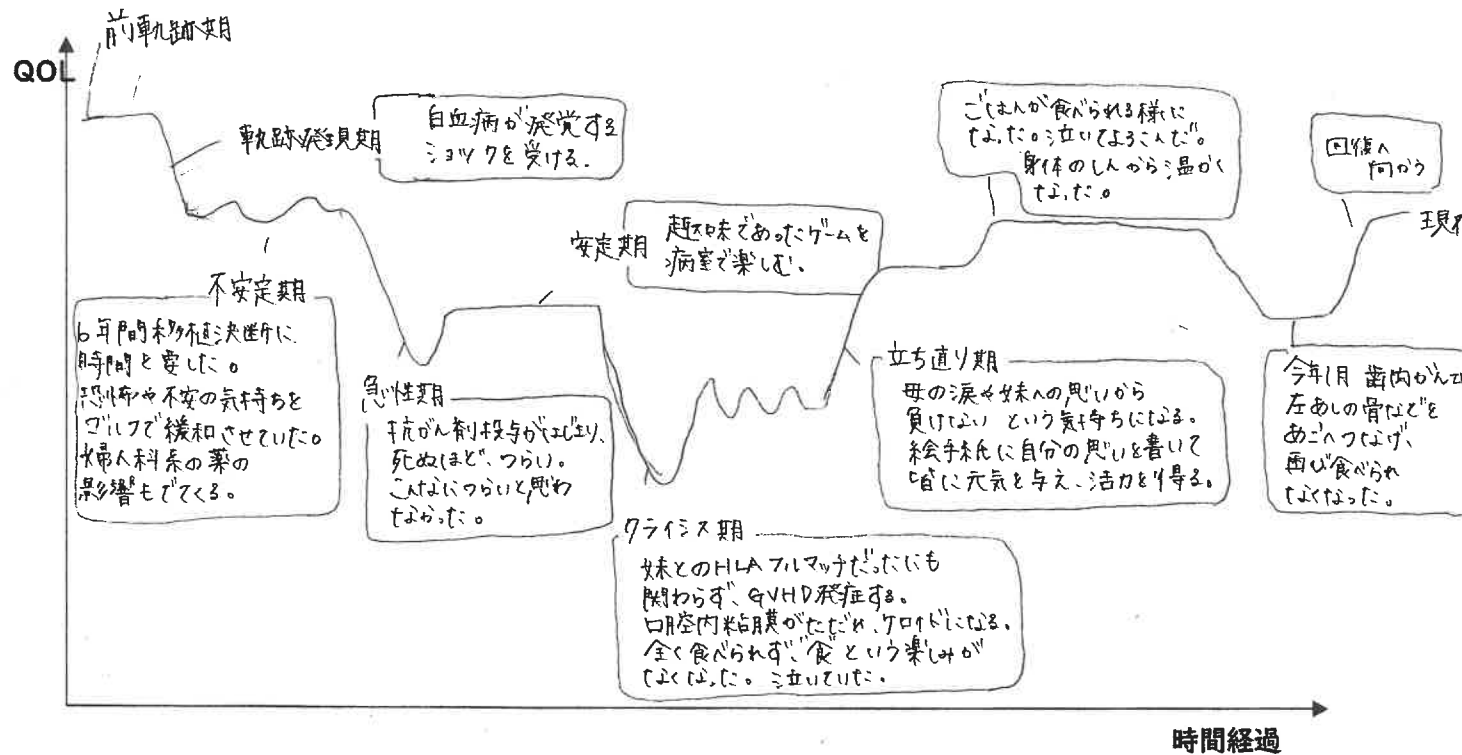
2023年11月14日(火)

【課題1】中溝さんの話をうかがって

講義で事前に「白血病患者について学んだ症状や特徴について分かった上での、中溝さんのお話だ。たまたま、より白血病患者についてイメージできた。どの講義においても、よく、同じ病気でも患者さんによって症状は違うとよく聞くが、実際に自分が学んだイメージしていたものと、中溝さんの症状は違っていたため、「個人差」という意味が今回より理解することができた。医療のことを学んでいるため、この症状が出たらこの疾患の可能性があると予測できるが、中溝さんのおっしゃられていたように普通に生活をしていたら、息切れや微熱の症状であつたら風邪や疲れだろうと考えると思う。しかし、いざ病院を受診したら、病気が見つかった時の苦しさや辛さはとても大きいものだと感じた。薬を飲めばすぐに治る風邪と、長期の治療や死も関わってくる病気だと大きな差があり、精神的苦痛にもなると思った。この辛さを受け止めるには周囲のサポートがとても重要であると思うし、特に看護士がどのように声をかけるべきなのか考える内容であった。骨髄移植において一般的な痛みや痛みのある検査と知られていて、その検査を受けるとなると恐怖とともに、中溝さん自身も「せこ」病気にふたのかと思つた様に、様々な思いが入り混ざってマイナスの感情になつてしまう。そういった時に、いかに看護師が安心させ寄り添うことができるのかを伝えるのを感じた。中溝さんの妹さんとHLAが一致して、私は月券手帳からすぐに移植すると思つていた。しかし、決断までに時間がかかっていたその時の思いを聞いて自分の考えの浅さを感じた。患者さんそれぞれの思いがあるし、その考えを自分の価値観だけで予測してしまつたため、看護における考えの広さはとても重要であると学ぶことができた。また、親方の言葉で考えが変わつたと聞いて、看護師の声かけが女性ならではの産婦人科系でも多量出血を起したという内容から、事前にできる限りの説明をしておくことの大切さを学んだ。またフルマツチだつたにも関わらずGVHDが出た「食」という欲求の本人にも苦痛を与えるのだとより明確に知ることができた。看護をする中で「家族看護」というお母さんも涙を流していたと聞いて、看護士として、患者さん含め、家族全体をサポートして中で何か息抜きできる方法を一緒に見つけていくことはとても重要だと感じた。中溝さんのいきなりの思い、中溝さんもおっしゃられていたように患者さんに一番近いのは看護士自分自身が目指す看護士を考えた時に「あんなに辛当でよかった」と言ってもらえるような看護士になりたい。

軌跡の局面	中溝さんの今までのうち、いつのどんな状況が該当するか	看護の方向性
前軌跡期	中々くらいからプロゴルファーを目指し始める。高校卒業後、ゴルフ場に就職して23歳でプロとなる。	
軌跡発現期	プロ3年目、息切れ、だるさ、顔面蒼白、微熱などの症状出現。風邪だと思つていたが、受診をすすめられ病院を受診すると「骨髄腫形成症(骨髄腫)」と診断。	本人が病気をどのように捉えているのかをアセスメントし、病気の発症がどのようなサポートをしていく。
急性期	クリーンルームに入り抗がん剤が投与され、副作用として脱毛などの症状が出現する。	事前に抗がん剤についての説明をしっかりと行い、心の準備もできるようにする。
クライシス期	GVHDを発症し、口腔内炎症を起し食事がとれなくなる。	心理的負担の大きさを考え、ストレスの軽減も考慮する。
安定期	病室で好きなゲームをして過ごしていた。	患者の趣味や楽しみを一緒に探し、実際に気分を前向きにするように促す。
不安定期	移植決定するまで6年、輸血を行っていた一人での恐怖から離れるためのゴルフをしていた。移植までの多量輸血による関係の断絶と、理由不詳の大量出血。	今後どのように病気をつきあっていくのか、患者の思いを受けとる必要はサポートをしていく。
下降期		
立ち直り期	母が泣いている姿や妹にも夫に「負けたい」と思つた。絵手紙をはじめて皆に元気を与えて、自分のエピソードも前向きに話した。	患者の前向きな気持ちや、まに下がってしまったように看護士も患者と共に前向きになれるよう看護士として

\*下図には軌跡と局面を描く。エピソード(身体・心理・社会面)と治療やデータなども記入する。



課題1と2に取り組んで気づいたこと  
 疾患の経過とともに、身体面の変化だけではなく、心理面も大きく変化していくのを感じた。身体面の変化だけでもつらいが、それに加えて心理面の変化は本人にも負担やストレスとなつてしまうため、心理的サポートの重要性を学んだ。  
 また、家族も長期間に渡る患者のサポートで、心労や葛藤を持っている場合を考えると、周囲の人たちへの西己慮も忘れず看護士としてサポートすることが重要だと感じた。  
 患者と一番近い看護士の関わり方次第で、影響を与えていくため、しっかりと寄り添い、看護士としてサポートしていく必要があるのだと感じた。