

# 緩和ケア認定看護師の 活動について

緩和ケア認定看護師 水野 綾花

## 家族ががんになるという体験から

看護師になり10年目の昨年、緩和ケア認定看護師の認定をいただきました。もともと医療職とは違う仕事をしていましたが、母をがんで看取ったことをきっかけに看護師になりました。このとき、仕事をしながら家族の闘病生活を支えることの大変さ、大切な人を失う悲しみを痛感すると同時に、死と向き合う、人生を生き抜くとはどういうことかを深く考える機会になりました。1番困ったことは、相談できる人がいない、誰かに話を聴いてほしいということでした。

これらの体験から、医療者の立場からもう一度がんを見つめ直したい、同じような悩みを抱える方々の語りを聴く立場になれたらと思い、看護師の資格を取得しました。今は緩和ケア病棟で、患者さんやご家族の気持ちを大切にしながら日々関わらせていただいています。

## がんとともに生きる方々が抱えるつらさ

がんの早期発見や治療法の進歩により生存率は向上しています。がんとともに生きる方々は増えていて、体や心のつらさだけでなく、仕事、経済面、これからの人生や生きる意味に関することなど、さまざまなつらさを抱えながら、がんと共生を目指して人生を歩んでおられます。

緩和ケアでは、このようなさまざまなつらさをやわらげることで、よりよく生きることを目指します。

### 体のつらさ

痛み 息苦しさ  
だるさ 吐き気  
など

### 心のつらさ

不安 いらいら  
孤独 恐れ  
うつ状態 など

### 暮らしの 困りごと

仕事 学校 家計  
退院後の生活  
など

病気からくる  
つらさ

### 生きる意味 への問い

人生の意味 死生観  
死への恐怖 など



## 診断を受けたときから 診療の場を問わず

以前は「治療法がなくなったら緩和ケア」という考え方でしたが、今では「診断から治療過程のすべての時期において」という考え方に変わっています。また、最近では、がん以外の方や在宅療養中の方など、緩和ケアを提供する場面も拡がりつつあります。

「ちょっと困ったな」、「誰かに話を聴いてほしいな」というとき、お気軽にお声をかけてください。お1人おひとりの出会いを大切にして、どのようなケアが望ましいかを一緒に考え、困難な状況にある患者さんやご家族とともに歩んでいけたらと考えています。

