

五感と感性を磨く

内田 緑

信州大学医学部附属病院の開院は1945年、そこに看護部が設置されたのは1976年（昭和51年）、2023年で47年目となります。その間、歴代10名の看護部長がその任にあたってきました。

2022年4月より、看護部長を拝命致しました内田 緑と申します。看護部長を拝命し早2年が経過しようとしています。私は信州大学医学部附属病院に看護師として入職してから外科病棟（旧北4階病棟）やICU、先端心臓血管病センター（改修前の西8階病棟）、脳神経内科・リウマチ膠原病内科病棟（改修前の西7階病棟）で臨床経験をしてきました。そのなかで副看護師長として6年、看護師長として9年、副看護部長として6年任務してきました。

いまあらためて看護部長の立場から看護をみたときに大事にしている言葉があります。

It is by your own eyes and your ears and your own mind and (I may add) your own heart that you must observe and learn. ウィリアム・オスラー（1849-1919）先生の言葉です。

そもそも患者さん（人）に関心を持たなければよい医療の提供はできません。

<五感を澄ます>

副看護部長で5年、そして今もなお信州大学医学部山岳部が運営する常念診療所の後方支援の担当をしています。これは常念診療所の診療が円滑に行えるよう、開所中に必要な医療材料を揃える役割です。医学部の学生さんと関わりながら時々一緒に常念診療所に行くこともあります。

私は、大町市で生まれ山々に囲まれた自然のなかで育ちました。子供の頃から身近な環境に山があり、山に登ることがありましたが、その頃は辛かった記憶しかありません。ところが、今から25年程前に友人に誘われて山に登り始めたことをきっかけに登山が趣味になりました。山頂に立つと目標達成したことで自己効力感を感じ、それからますます山に惹きつけられるようになりました。北アルプスをはじめ、中央アルプス、南アルプス、八ヶ岳連峰など県内の山岳を中心に愉しんでいます。今では小屋泊からテント泊に変わり、限られた材料で作る食事を愉しみます。自然のなかで食べる食事は格別で、その有難さを感じます。

山を好きになった理由は日常の喧騒から離れ自然のなかで、五感を最大限に活かしていることを感じられ、心が洗われる気持ちになるからです。壮大な景色や星空、雲の流れ、高山植物など観て、風の音、鳥のさえずりを聞いて、土のにおい、草花の匂いを嗅覚で愉しみ、岩や水、風に触れて自然を感じ、山ご飯で味覚を愉しむ、深呼吸をしてひとつひとつ集中すると五感が研ぎ澄まされていくことを感じます。そしてなにより山で出会う人々は皆“笑顔”です。“笑顔”は人に元気とやる気を与えることを感じます。しかし、その一方で常に危険と表裏一体なので緊張の連続です。地面の状況や岩が動かないか確かめて滑落しないようにする、雲の動きや流れで天候を判断する、地形をみて道迷いしないようにする、風の強さや気温を感じながら衣服で体温調整するなど、常に周囲の状況に気を配り、感じたことを受け止めて、過信せず行動することが大事になります。いつでも五感を活かしたりスクマネジメントが重要になります。これらの経験の多くは臨床現場でも役にたっています。登山も診療や看護の現場も共通して言えることは多く、趣味から学んだことも多いと感じます。

<五感を活かす>

IT化が進み、医療現場も1999年頃より電子カルテが普及し始めてから紙媒体から電子媒体に変化してきました。また、体温計、SPO₂モニター、ベッドをはじめ離床センサーなど看護ケアに使う物品も電子化されました。そして改修後の病棟では、ベッドサイドにも端末が配置され患者さんの療養環境も電子化されつつあります。アナログからデジタル化へ変化していることを実感しています。時代の流れとともに看護職の働き方も変わりました。いまではベッドサイドで電子カルテに記録することが増え、患者さんとの日常会話は減ったように思います。バイタル測定は血圧計にしてもSPO₂モニターにしても患者さんに装着すれば脈拍数が自動測定され、患者さんに触れなくても脈拍数が測定できます。しかし、脈に触れて確認しなければ不整脈や脈の緊張はどうなのかわかりません。点滴管理においても輸液ポンプを使用することが増え、滴下を数えて流量を確認することも減りました。また生体情報モニターを装着する患者さんも増えました。医療者は機器を使い観察がしやすくなった一方、患者さんは、機器をつけて行動することを強いられて生活しにくくなったのではないのでしょうか。電子カルテや機器に表示される値で患者さんの状態をただ“見る”のではなく、診て、触れて、聞いて、“関心”と“感心”をもって“診る・看る”ことが大事です。機器のアラームの音など聞こえていても、看護師の意識は違うことに向いているように思えることがあります。漫然ではなく、五感を活かして物事や人の変化に敏感になり、変化に気づくことがリスクを回避することにもつながると考えます。

<感性豊かな看護職を育む>

私は、環境整備・患者サービス小委員会の委員長を任命されています。そのため患者さんからのご意見を検討する機会がありますが、ご意見の大半は良いも悪いも接遇についてです。挨拶をしても返答がない、視線も合わない、無表情、相手に関心を持っていないことがわかります。人に与える印象は一瞬にして決まります。ユニフォームを着ているときは周りの人に配慮をして“笑顔”を心がけてほしいと感じます。

最近では在院日数が短縮され、患者さんと短期間で関係性を構築しなくてはならない状況になりました。だからこそ一瞬の接遇が大事となります。そして、電子カルテで患者さんの状態を見るのではなく、ベッドサイドに足を運び、患者さんを診て、触れて、聞いて、感じてほしいと感じます。特に忙しいときにこそ患者さんを診て判断してほしいです。

これから先、医療界もDX化が進み、診療や看護も変化します。AIロボットが患者さんのバイタルサインを測定したり、話し相手になったり医療現場でも活用されるときが来るかもしれません。ますます便利になり効率化が図れるようになることは利点でもありますが、その反面、ベッドサイドに行かなくても情報が得られるので患者さんを診なくなることを懸念しています。

看護においては、患者さんの療養生活を24時間通して支え、いろいろな視点から状況を観察して、それを感じ、気持ちを推し量ることを大事にしてほしいと願います。だからこそ未来に向けて、専門性を発揮し患者さんに“関心”と“感心”を持ち、寄り添い、その人らしさを引き出すことのできる感性豊かで実践力のある看護職を育成したいと考えます。そして、医療チームのなかで専門性を発揮するために“看護”とはなにかを問い続け、時代に合わせて深化し、大学病院の理念のもと、医療・看護の質向上に寄与したいと考えます。

最後になりますが、看護職育成には、医師の支援や協力が欠かせません。信州医学会の先生方におかれましては、今後とも看護部職員にご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

(信州大学医学部附属病院看護部長)