

栄養ケア × 緩和ケア2

穏やかさをもたらすケアで豊かに
生きることができる！

2022年3月19日
医療法人綾正会 かわベクリニック
看護師 川邊 綾香
ELC協会認定ファシリテーター

食事・栄養

終末期がん患者さまにおいて、食欲不振は、予後1ヶ月の時点で50%、さらに予後15日を切ると80%を超える多くの方にみられる症状です。「食べたいのに食べられない」「食べないとこのまま弱っていくのではないかと」言った患者さまご家族さまの不安に、援助者として困った経験はありませんか？

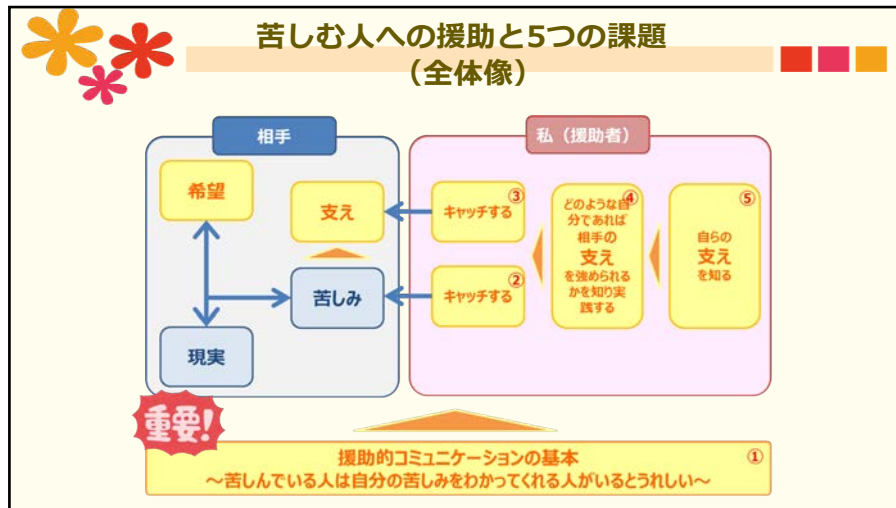


テレビ朝日
サタデーステーション



Key message

- ・ 苦しんでいる人は自分の苦しみをわかってくれる人がいると嬉しい
- ・ 支えがあればどんなに苦しくても穏やかである
- ・ 支えは3つ その一つが選ぶことのできる自由
(栄養・食事)



本当に苦しみを聴けていますか？

苦しみに気が付くには感性が必要

人は相手をわかったつもりになった瞬間から
相手の話を聞かなくなります。

そして、自分が良いと思う事を
相手のためになると**決めつけて**しまいます。

医療・介護従事者に多いブロック

- 患者が何を求めているかを把握しないで、**一方的にガイダンス**をする。
- 興味や関心のあることには**質問**したくなる。
- 間違った考えや行動をしていると**意見**を言ったり**怒り**たくなる。
- 自分が正しいと思う方向に**誘導**したくなる。
- 一般的な医学的常識に基づいた思い込みや勝手な**解釈**や**憶測**で話をする。
- 指導的**な立場で、上から目線で話をする。
- 医学的・薬学的な**価値観**を押し付けたくなる。
- 治療への意欲が少ないと思うと話す気がなくなる。

主語は患者さん！
これを忘れない！

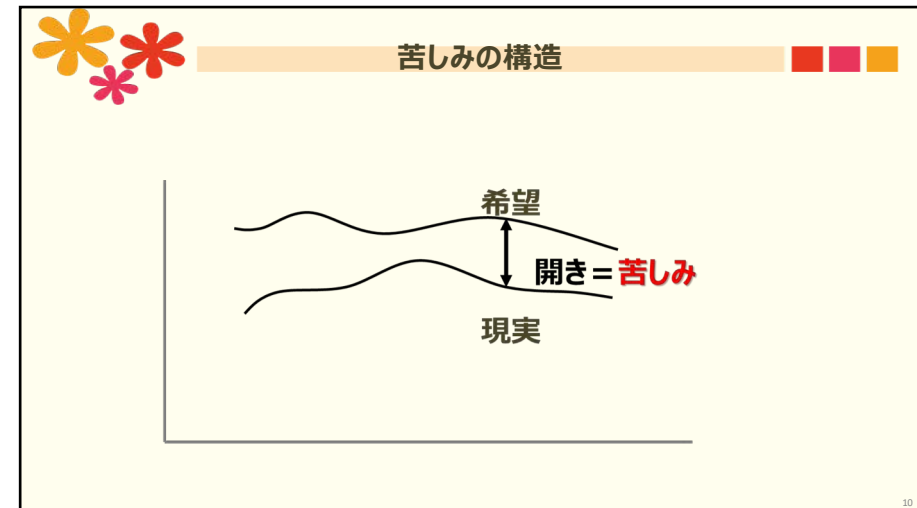
理解するよりも理解者になること

- ① 私が相手を理解しようとする事は大切。
- ② でも、私は相手を100%理解することはできない。
- ③ しかし、相手が私を「自分の理解者」だと思うことは可能性として残る。
- ④ **苦しんでいる人は、自分の苦しみをわかってくれる人がいると嬉しい。**
- ⑤ どんな私であれば、苦しんでいる相手から見て「わかってくれる人」になれるか。
それは「**聴いてくれる私**」である。

人生の最終段階における苦しみとは？

- トイレに1人で行くことができない
- 少し動くだけで苦しくなる
- 孫の成長を見守ることができない
- 家族に迷惑をかけたくない
- …
- …

これらに共通する苦しみとは？
わかりやすい言葉で20字以内で説明してください



人生の最終段階における
栄養に関する苦しみ

患者さん

食べたいと思うけど
食べられない。

希望：食べたい
現実：食べられない

味覚が変わって
食べたいものがなくな
った

希望：色んなものを食べたい
現実：味覚が変わって食べたいものがない

食欲ないけど
家族が「食べ」って
言うから…

希望：食べたくない
現実：家族のために食べている

人生の最終段階における
栄養に関する苦しみ

家族さん

希望：食べて元気になるほしい
現実：食べてくれない 弱っていく

希望：何か食べて欲しい
現実：何を食べさせたらいいかわからない

希望：太ってほしい
現実：体重が減った

食べてくれない。
食べないと弱る。

何を食べさせたら
いいかわからない。

体重が減った。

答えられる苦しみ・答えられない苦しみ

苦しみをキャッチする

答えられないこと

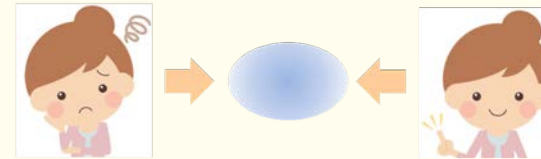
答えられること

答えられる苦しみは
改善に努めましょう。

穏やかではない理由の1つに、
「なんで私が…こんな目にあうの？」という答えられない
問いかけが含まれます。この苦しみに対する援助を言葉にすることは、
人生の最終段階において最も難しいテーマです

人は苦しみを抱えながら穏やかになれるか？

同じものを見ているのに違って見える



「死」はどのように見えるでしょうか？

苦しみから学ぶこと

苦しみにあう前

■ 当たり前の大
切さを知らない、気が付か
ない

苦しみ

苦しみにあった後

- 何気ない優しさがうれしい
- 家であたりまえに、布団で休めることは素晴らしいと思う
- ただ家族がそばにいてだけで心が穏やかになる
- 草花など、自然の偉大さ、愛おしさに気づく
- 1日1日を大切に生きようと思う
- …

穏やかになる理由
= 支え

人は単に苦しむものではありません
苦しむ前には気づかなかった大切な「支え」に気づきます

3つの支え

1. 将来の夢（時間存在）

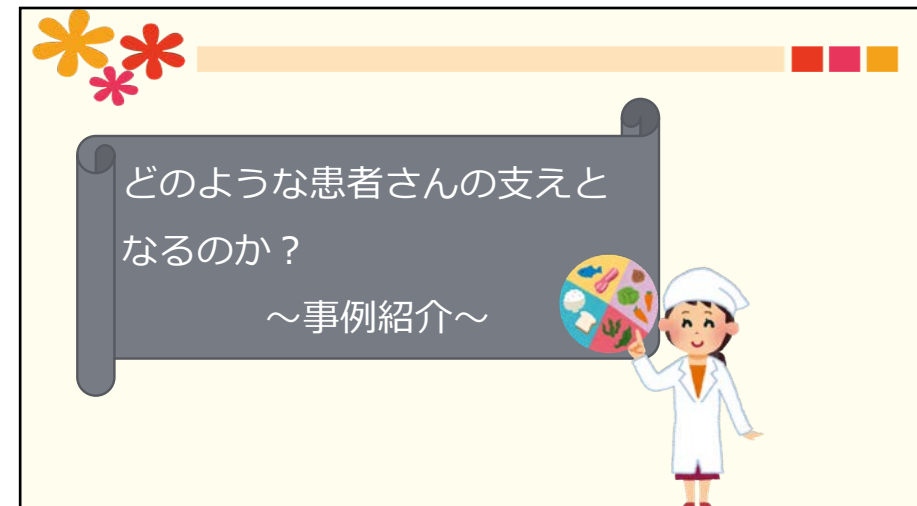
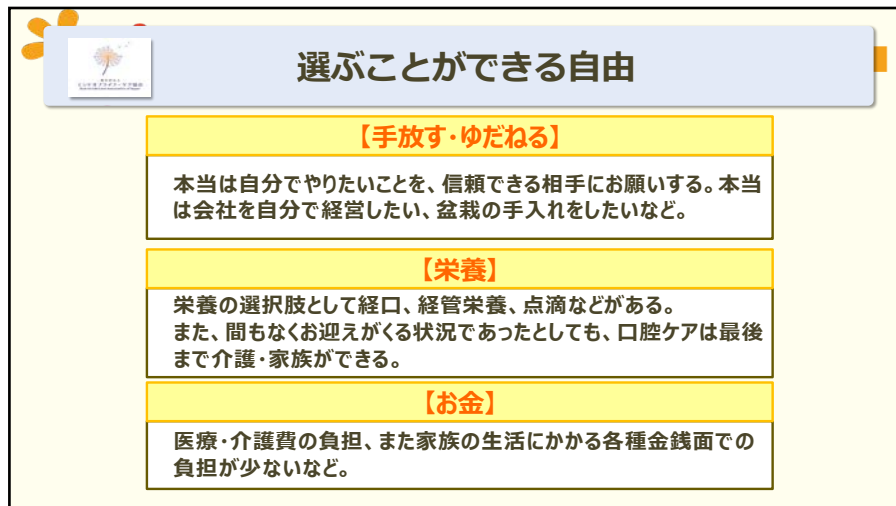
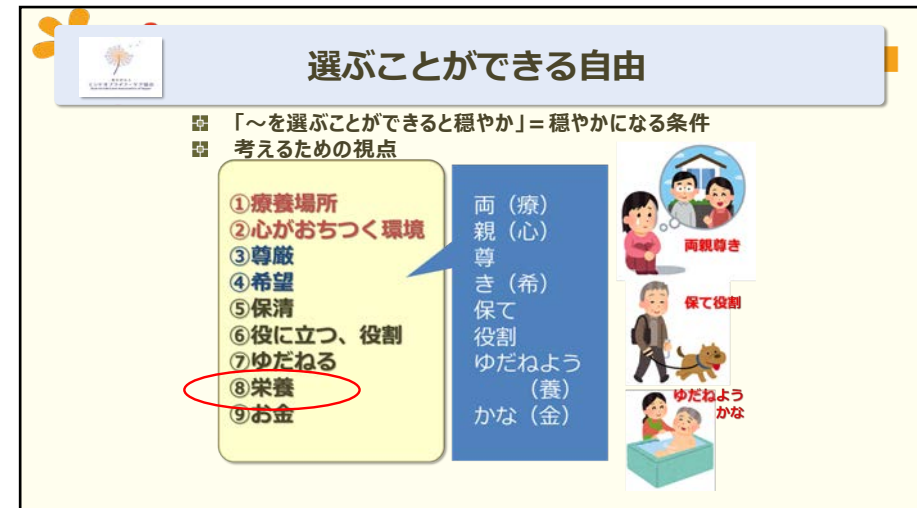
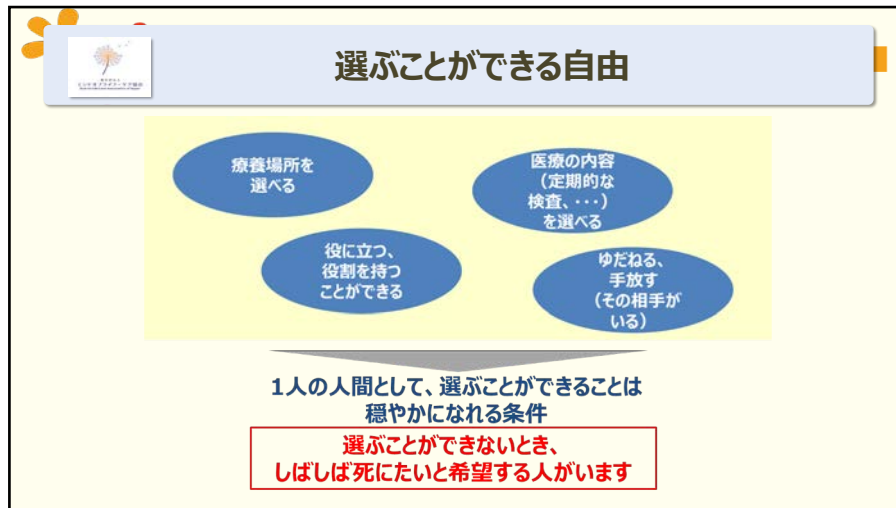
過去 → 現在 → 将来

2. 支えとなる関係（関係存在）

相手 → 私

3. 選ぶことができる自由（自律存在）







清さん 83歳 男性
肺癌末期（予後3-4か月）

家族構成：一人暮らし



人ととなり：
元々魚の卸売市場で働いていたため自炊は得意。妻を亡くした後も自炊をしていた。
最近、台所に立つが面倒で「もうええか」が口癖。
疼痛や呼吸困難などの身体的苦しみはなし。



栄養に関する苦しみ

- 料理が得意だったが、だんだんと作るのが面倒になり、パターン化している。
- 作ったとしても、一人やし、食事していても味気ないし、楽しめない。
- 食事付きデイサービスには行きたくない。
- 究極、栄養の缶々を飲んでいたらいいんやろ。



食事状況

訪問診療開始時

朝：菓子パン1個

昼：お供えのまんじゅうなど

夕：おにぎり、焼き魚（スーパーの惣菜）

毎日代わり映えのしないものばかり

朝：菓子パン1個

昼：炊き込みご飯（スーパーの惣菜）

夕：昼の残り物、栄養補助食品



主語は患者

訪問時に**食事内容を聴き取り**するだけでなく、
今までの過去を振り返り、
どのような料理が得意だったのか？
奥様との思い出の食事は何だったのか？
など具体的に
料理に対しての想いを聴きました。

選ぶことのできる自由（栄養）

清さんの希望・支えは何か？

- ・ 簡単に作れるもの
- ・ 料理を作る楽しさ
- ・ 美味しいと言ってもらえる喜び
- ・ おもてなしの精神が強いA氏にとって料理を作ることが何よりも嬉しい時間

結果

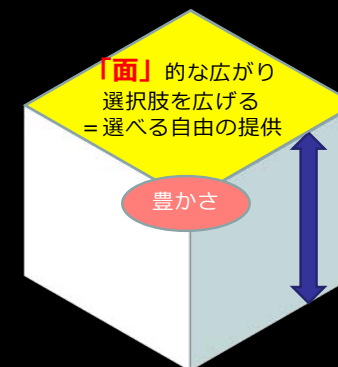
私たちの訪問に合わせて、前に管理栄養士と作ったものをもう一度作り、
「ちょっと、味見してー。味薄いか？」
「先生達にお裾分けするわな。タッパーに入れたから持って帰って！」
と表情も明るくなりました。

たとえ、清さんの食事摂取量は少なかったとしても、清さんにとって『作る喜び』『おもてなしができる』ことが生きる支えであった症例。

まとめ

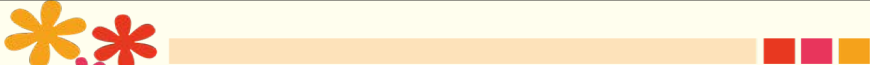
人生の最終段階の人が選ぶことのできる自由のひとつとして『栄養・食事』を選ぶことができ、穏やかに生きることができる。

豊かに生きるとは？



「面」×「深さ」＝「立体」
・・・この立体の大きさ＝豊かさ

「深さ」的な広がり
＝聴く力＝信頼関係を広げる
＝安心感
＝委ねられる存在
＝穏やかさの提供



ホームページ

Facebook

東大坂プロジェクト
YouTube

ご清聴ありがとうございました。

参考
「死を前にした人にあなたは何かができますか」医学書院
エンドオブライフケア協会 小澤竹俊 先生