

看護大通信

31



ばならず、負担は倍増です。

患者さんの状態

新潟県立看護大学

臨床看護学領域・成人看護学

助教 山田正実

私はこれまで、脳卒中で障害を残された患者さんとそのご家族への看護支援を考えるために、さまざまな話をご家族から伺ってきました。その中から今回は、入院中の患者さんを看病するご家族の心身の健康と、私自身も学ばせてもらった家族の力についてお話したいと思います。

看病されるご家族へ

励む患者さんたちとの
出会いで、

身も学ばせてもらった家族の力についてお話したいと思います。

あるご家族は、患者さんが突然倒れて病院に担ぎ込まれたときの心境を「ドーンと穴に突き落とされた感じ」と語っておられました。そこから生活が一転します。病状が

安定するまで付き添われるご家族も多く、心身への負担は大きくなります。風邪をひいたり、血圧が上がったり、患者さんの寝返りや移動を手伝うことで腰を痛めることもあります。病室で一日腰掛けて患者さんを見守ることは、思った以上に辛い

ことです。足がむくむ、腰が痛くなる、回復が思わしくなければ不安も募り、さらに辛い一日となります。ときには、イライラする患者さんの言葉にご家族が困惑したり傷ついたりすることもあります。また、家族もご自身の生活を維持しなければならず、負担は倍増です。

が少し落ち着いたら、ぜひご自分の健康も気遣ってください。同じ体験をされている他のご家族と話しをしてみることも、辛い気持ちを声に出し語るとは気持ちをし少し楽にしてくれます。あるご家族は、自分の混乱が落ち着いたきっかけはリハビリ室での訓練に



それは病室の中では分からないことだったと話されています。少し病室を離れて、休息をとる、散歩をする、からだを思い切り伸ばすなどの気分転換が大切です。また定期受診も忘れず受けましょう。

元々の生活に戻れないとき、何か一つあきらめなければならぬこともあります。家庭ではコミュニケーションを十分とり、家族みんなが少しでも自分のことを我慢して、知恵と力と時間を出し合って乗り越えたいものです。あるご家族は体験を振り返って、家族の「ありがたさ」や「絆」を強く感じ、今後このようなことがあっても「乗り越えられる自信があった」と話されています。

病気や障害は本当に辛