

# ある訪問看護師のアタマの中

4

## ～精神科訪問看護の意義～

山岸 若菜

### はじめに

「精神科の訪問看護って何するんですか？」とよく聞かれます。

少し前までは「医療処置もほぼないので、ただ話を聞いているだけです。」とやや自虐的に答え  
ていました。

でも最近は、精神科に限らず訪問看護の目的は、病気や障害を持ちながら、社会の中や家で生  
きていくための方法を利用者さんと一緒に探すことだと言えるようになりました。

精神科の訪問看護を利用する人は「自分の人生を病気に隠れて生きてるな」と感じることが多  
いです。

病気はそれ自体、とてもしんどいものですが、同時に病気であることで、人生の色んなしんど  
さから逃げられることもあります。

だからこそ、長くなればそれなりに居心地が良く、病気の後ろに隠れてしまうのではないかと  
思っています。

自分のものであるはずの人生を病気に乗っ取られてしまっている姿は少し悲しいです。

精神科訪問看護では、病気のしんどさはあったとしても、飲み込まれすぎずに自分の生活を取り戻していくお手伝いをしています。

その目的に向かう手段として『話を聞く』のです。

なかなか道は長いです。

はじめの第一歩は、下を向いて独り言のように話していた利用者さんが、前を向くまではいかなくとも、チラッとこちらをうかがって見てくれるようになることです。

見た目ではなくて話す姿勢の話です。

今回はその「チラッ」を感じた時のことを書こうと思います。

## 自殺の話しかしない人

自分の担当ではありませんでしたが、とにかく自殺の話ばかりする利用者さんがいました。

「死にたい」という気持ちのことを希死念慮と言います。

本気の希死念慮が高まってくると、実行する危険があるので、訪問看護に行くときは要注意で気が抜けません。

担当者が何を言っても死ぬ方法の話になるので手詰まり状態ということで、担当交代して行ってみることになりました。

ピンポンとインターホンを鳴らして出てくれた Oさんは 40代半ばの女性でした。

ガチャッと玄関を開けるなり、

「はじめまして。私死にたいんです。」

早速やな！

とりあえずご挨拶してから・・・と中に入れてもらおうと、Oさんの部屋は綺麗に片付いていて、可愛いらしい感じでした。

スヌーピー関連のグッズが多くぬいぐるみがたくさんあるのですが、なぜか全員ずいぶん眠そう？

変なスヌーピーやなと思いながら話を聞き始めました。

○さんの話を聞き始めると、本当に自殺の話ばかりでした。

「有次の包丁がたくさん天井にくっ付いていて、その天井が落ちてきて死にたい」

「壁に有次の包丁が付いていて、その壁が迫ってきて刺されて死にたい」

「有次の包丁を床に立てて置いて、そこに倒れこんで死にたい」

などなど、色んな死ぬシチュエーションの妄想が止まらないような様子でした。

が、

いやいやいや。

希死念慮とかよりよっぽど気になることあるやん？

でも初回から聞くことでもないので、世間話ができる程度に打ち解けるまで、しばらく訪問を続けました。

「お部屋に置いてあるスヌーピーグッズ可愛いですよ。」

とスヌーピーに話を振ってみると

「そうでしょ。私オラフが好きなんです。」

オラフて誰??

自分が知っているスヌーピーの仲間は、チャーリーブラウンとウッドストックと、毛布をくわえてる子だと伝えると、実はスヌーピーには6匹の兄弟がいるのだと教えてくれました。

その6匹兄弟のうちの1匹でぼっちゃりした眠たそうな顔したキャラクターがオラフだということでした。

置いてあるグッズのスヌーピーが全部眠たそうなのは、オラフやったからかーと納得しました。

オラフはどんくさいけど優しい性格で、そこが好きなんですと話してくれました。

そんな楽しい話をした日にも、包丁で死ぬ妄想話は続いていましたが、訪問を続けるうち、死にたいという言葉はちょっとびっくりするけど、〇さんは本当に死にたい訳ではないし、自殺の話をしてる訳でもないんだなと思えるようになりました。

そこでようやく初回訪問から気になっていたことを聞いてみることにしました。

## 利用者さんがチラ見する瞬間

「あの、包丁は有次でないとあかんのですか？」

すると〇さんは、

「包丁といえば有次やし。切れ味良さそうやし。ヘンケルスではちょっと違うんですね。」

なるほど。

「あー。洋包丁は研いだりしなさそうですもんね。和包丁の方がすっぱりいけそうな気がします。そこに着目するとは〇さんはなかなか面白いセンスをお持ちですね。」

と答えると、それまで見たことないいい顔で「ほんとに？私面白い？」と嬉しそうに答えてくれました。

よし！キタ！

これが〇さんがこちらをチラ見してくれたと思った瞬間です。

この日〇さんは有次の包丁の魅力を熱く語ってくれました。

さぞかし○さんの持つる有次の包丁は良く切れるんでしょうねと言うと、

「持ってませんよ。」と笑っておられました。

持ってへんのかいっ！

## 妄想話のメリットとデメリット

○さんは両親をすでに亡くされていてお兄さんと二人暮らしをしていました。

経済的には安定しているし、どうしても働かないといけない理由はありません。

でもずっと家の中で過ごす生活で○さんは満足なのか？と聞いてみると、これまでに精神科のデイケアに通ったことはあるけど、自分が包丁で死ぬ妄想話ばかりしてしまうから、他の利用者さんからクレームが入り、通えなくなってしまったということでした。

デイケアというのは精神科の病気を持つ方たちが通うところで、社会的な繋がりを持ったり、色んなプログラムで生活の訓練をするような場所のことです。

確かにそこでお互いしんどいとわかってはいても、有次の包丁で刺されて・・・とか聞かされたら怖いしびっくりします。

そのことがあってから、デイケアや作業所に通う話はおなくなりしました。

○さん自身も環境の変化はしんどいし、家にいるのは気も遣わなくていいし楽だからと家にこもる生活になったようでした。

今はいいけど、お兄さんとの二人暮らしがずっと続くかはわかりません。

もし一人暮らしをしないとけなくなった時、様々な場所や人と繋がってサポートを受けられるようにしておくことは必要なんじゃないかと考えていました。

そのうちそんな話もしていかないとなど思っていたところ、私が退職しないとけないことになりました。

その頃には○さんはチラ見からだいぶこちらを向いて話してくれるようになっていたので、最後の訪問で率直に自分の思いを話すことにしました。

将来のことを考えると、〇さんにとってずっと家の中で過ごすより、どこかに通うなりしていくことが大切だと思います。

でも次どこかに通うことになったとしても、外で有次の包丁への愛を語るのは、少し我慢した方が良くと思います。

その理由は、私は長く訪問してたくさん会話したので、〇さんが自殺の話をしているのではなく、ただ有次の包丁の素晴らしさを話したいだけだということを知っているけど、会いたての人にわかってもらうのはなかなか難しいと思うからです。

〇さんの面白さは家の中だけで埋もれさせておくのは惜しいので、自分は出来れば外の世界に出て行ってくれることを願っています。

何を話したら良いか困ったらスヌーピーの話をしてみましょう。きっと〇さんの好きなものは〇さんを助けてくれると思います。

〇さんは「わかりました。オラフの後に有次の包丁ですね。」と答えてくれました。

ん？ほんまにわかってる??

## 〇さんのその後

その後数年経って職場復帰すると、〇さんは別の事業所の担当になっていましたが、現在の担当者が〇さんの近況を教えてくれました。

なんと、お弁当作りをする就労支援事業所に通所して、お昼には道でビジネスマンにお弁当販売までしているということでした。

すごすぎる！

もちろん足踏みしたり2、3歩後退してみたり、色んな経過があったようですが、それは当たり前なので、少しずつ前に進んでいることが素晴らしいと思いました。

お弁当の具は有次の包丁で切ってるのかな？笑

これからもこっそりOさんを応援していきたいと思います。