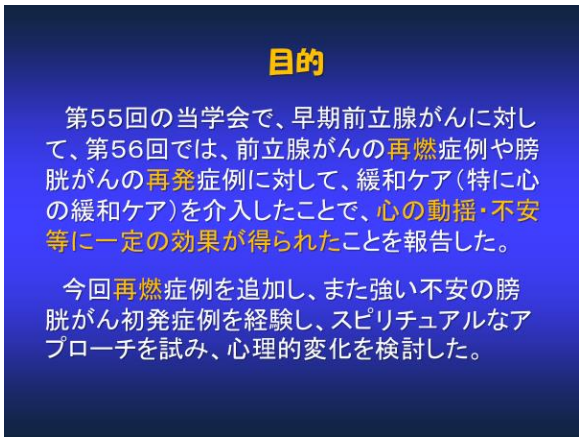
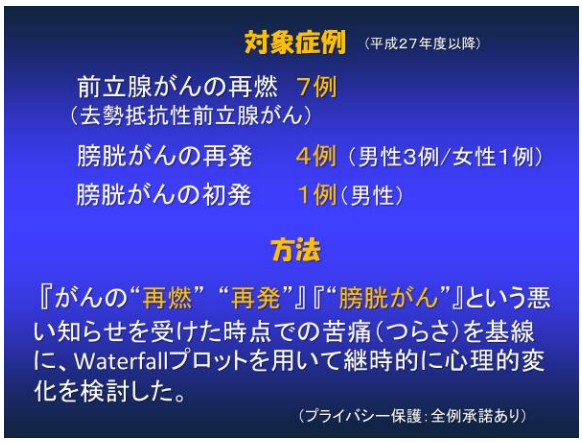
演題 163	**病気の苦痛（つらさ）に対するスピリチュアルアプローチ －泌尿器がんの再燃・再発症例を通して－**
	発　表　者　近藤　福次（茨城県　県西総合病院[1]） 共同研究者　鈴木　るみ子[1]、関戸　哲利[2]（東邦大学大橋病院[2]）



目的

第 55 回の当学会で、早期前立腺がんに対して、第 56 回では、前立腺がんの再燃症例や膀胱がんの再発症例に対して、緩和ケア（特に心の緩和ケア）を介入したことで、心の動揺・不安等に一定の効果が得られたことを報告した。

今回再燃症例を追加し、また強い不安の膀胱がん初発症例を経験し、スピリチュアルなアプローチを試み、心理的変化を検討したので、考察を加えて報告する。

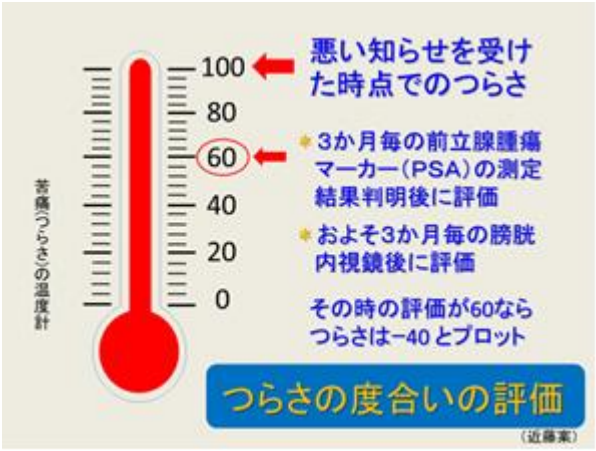


対象症例

前立腺がんの再燃７例、膀胱がんの再発４例（男性３例/女性１例）。膀胱がん初発の男性１例。

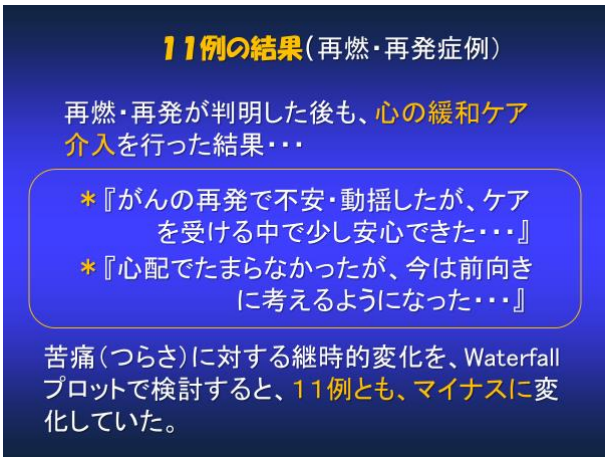
方法

がんの再燃 再発、膀胱がんという悪い知らせを受けた時点でのつらさを基線に、Waterfall プロットを用いて継時的に心理的変化を検討。



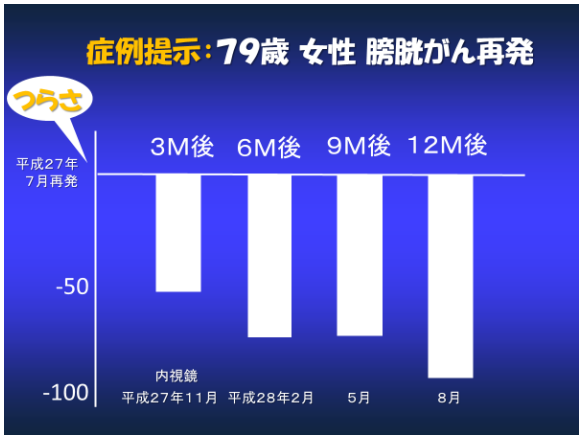
つらさの度合いの評価については、私案ですが、悪い知らせを受けた時点でのつらさを 100 として、前立腺がんについては３か月毎のＰＳＡの測定結果判明後に、膀胱がんについては、およそ３か月毎の膀胱内視鏡後に評価。

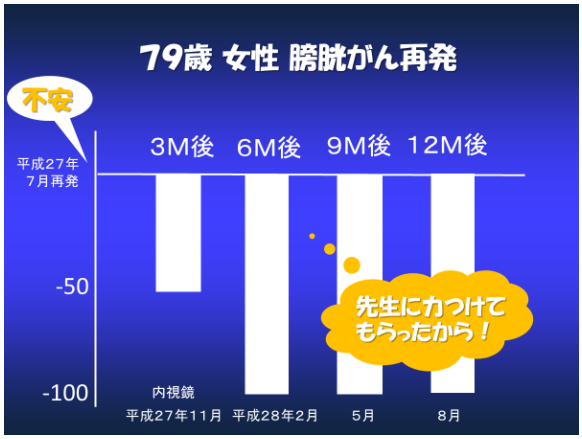
もしその時の評価が 60 なら、つらさは－40 とプロットした。



再燃・再発症例の 11 例の結果では、再燃・再発が判明した後も、心の緩和ケア介入を行った結果、『がんの再発で不安・動揺したが、ケアを受ける中で少し安心できた』『心配でたまら

なかったが、今は前向きに考えるようになった』等の声が聴かれ、つらさに対する継時的変化を、Waterfall プロットで検討した結果、11 例とも、マイナスに変化していた。

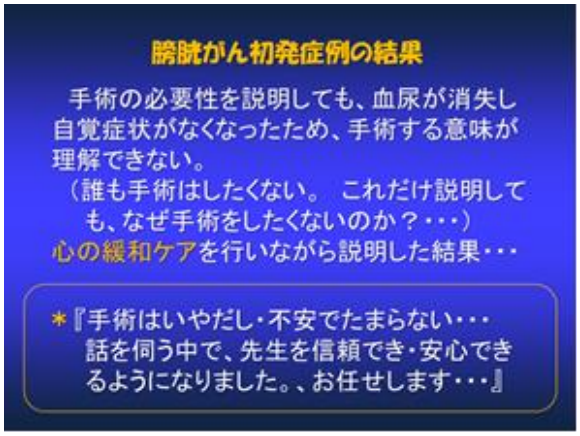


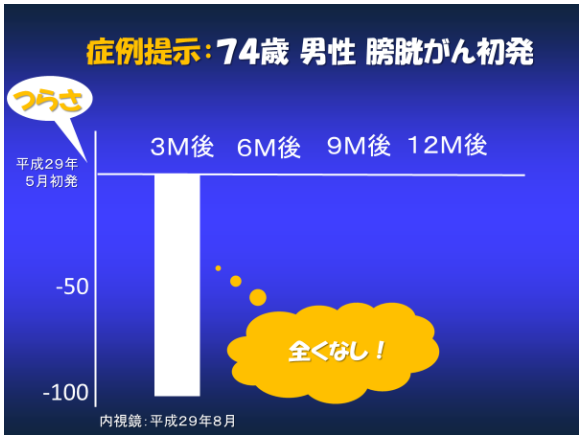


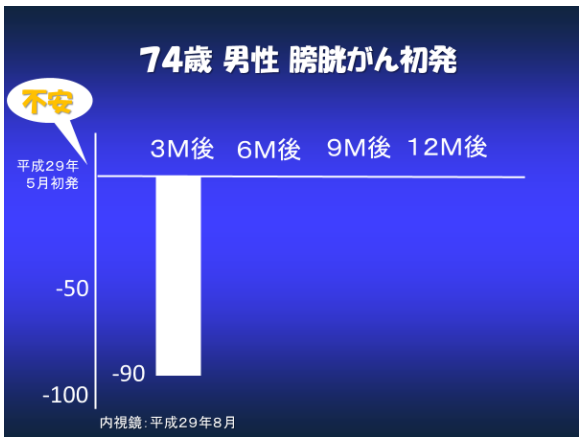
症例を提示する：79 歳・女性・膀胱がん再発。つらさについては、表のように継時的に軽減されており、不安については、6 か月後には－100 すなわちゼロとなり、理由を伺うと『先生に力つけてもらったから』でした。

膀胱がん初発症例の結果：手術の必要性を説明しても、血尿が消失し自覚症状がなくなったため、手術する意味が理解できない。（誰も手術はしたくありません。これだけ説明しても、なぜ手術をしたくないのか？・・・）

心の緩和ケアを行いながら説明した結果、『手術はいやだし・不安でたまらない・・』と強い不安を打ち明けられ、『話を伺う中で、先生を信頼でき・安心できるようになりました。お任せします・・』と。



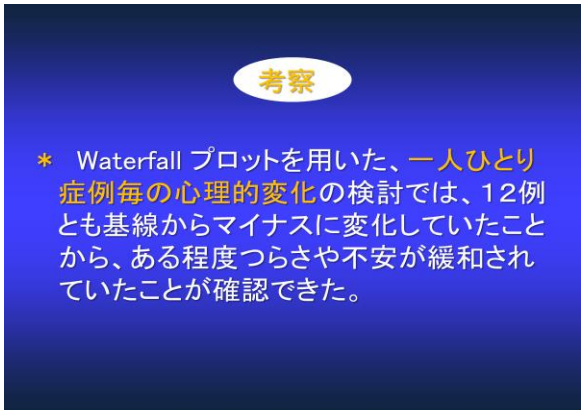


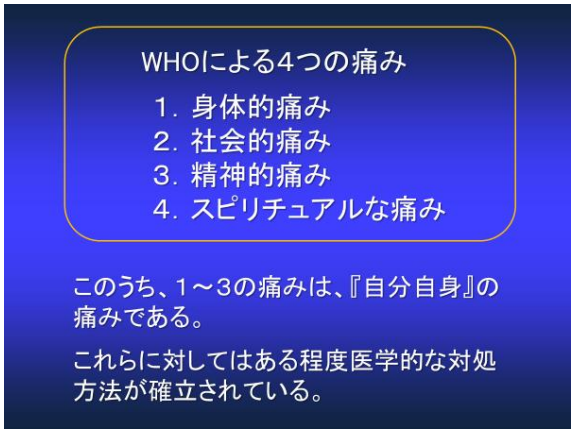


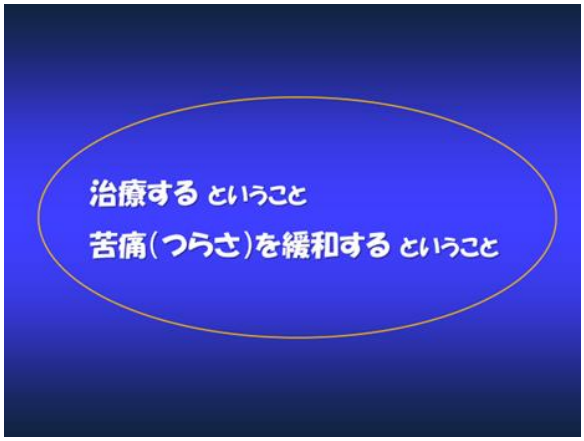
Waterfall プロットで見ると、つらさは消失し、それも全くないとのこと。不安については、膀胱鏡の映像で再発がないのを自身の目で確認していても、少しありでした。

考察

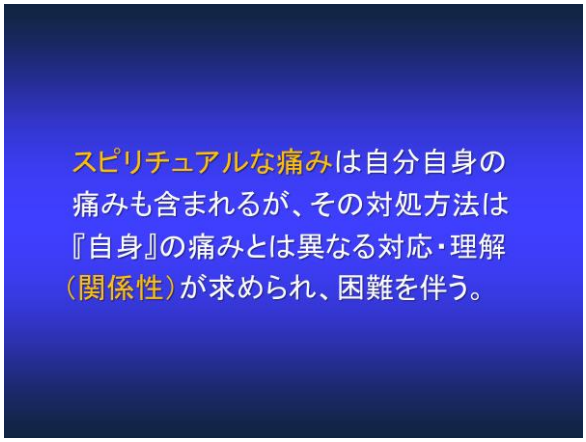
Waterfall プロットを用いた、一人ひとり症例毎の心理的変化の検討では、12 例とも基線からマイナスに変化していたことから、ある程度つらさや
不安が緩和されていたことが確認できた。



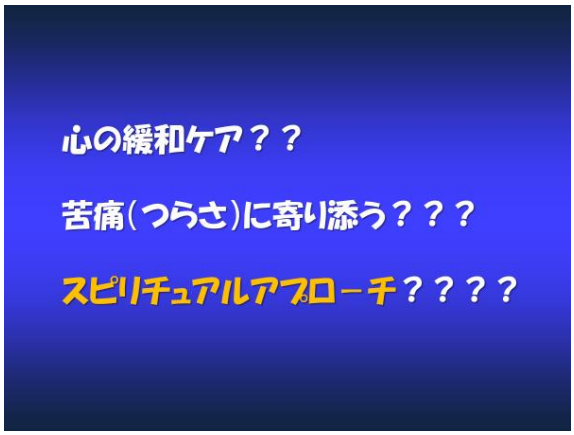




治療するということ。つらさを緩和するということ。皆さんはどちらに主眼を置かれますか？　どちらも大切な対応である。

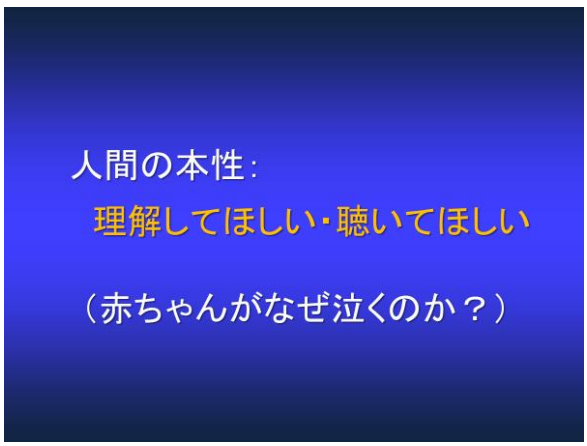


しかしスピリチュアルな痛みは自分自身の痛みも含まれるが、その対処方法は『自身』の痛みとは異なる対応・理解（すなわち関係性）が求められ、困難を伴うとも言われている。

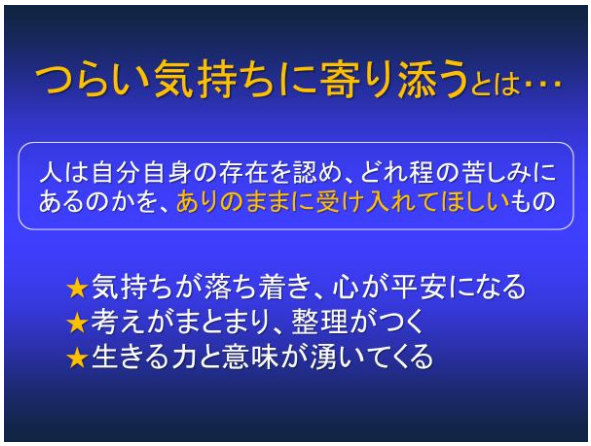


では、心の緩和ケア・つらさに寄り添う・スピリチュアルアプローチとは一体どういうことでしょうか？

WHO による４つの痛みについては、身体的痛み、社会的痛み、精神的痛み、スピリチュアルな痛みがある。このうち、１～３の痛みは、『自分自身』の痛みである。これらに対してはある程度医学的な対処方法が確立されている。

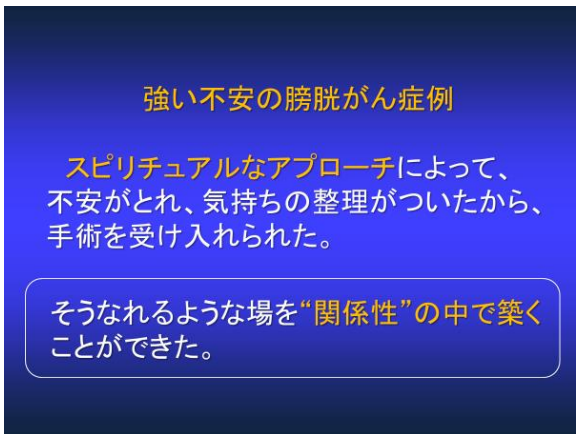


人間の本性は理解してほしい・聴いてほしいもの（赤ちゃんがなぜ泣くのか？をご理解いただければわかるかと思う）



つらい気持ちに寄り添うとはどういうことでしょうか？

人は自分自身の存在を認め、どれ程の苦しみにあるのかをありのままに受け入れてほしいもの。そうされることによって、気持ちが落ち着き、心が平安になる。考えがまとまり、整理がつく。そして生きる力と意味が湧いてくると言われている。

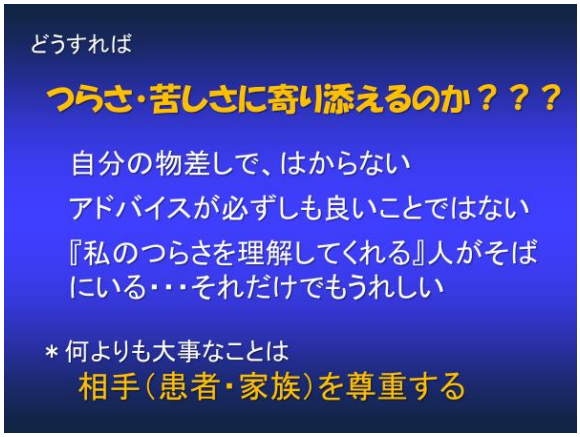


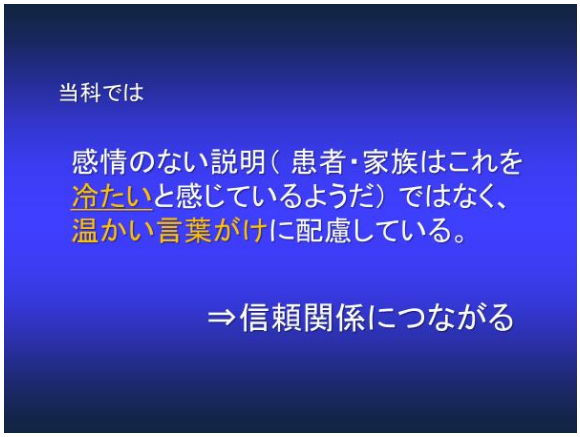
強い不安の膀胱がん症例は、スピリチュアルなアプローチによって、不安がとれ、気持ちの整理がついたから、手術を受け入れられたと考えている。

そうなれるような場を“関係性”の中で築くことができたから、と思っている。

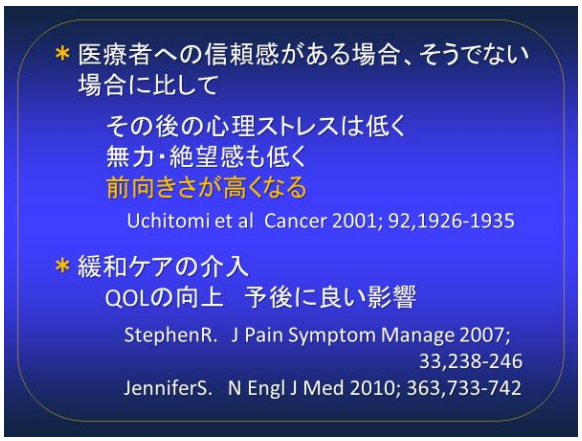
どうすれば、つらさ・苦しさに寄り添えるでしょうか？　自分の物差しで、はからない。アドバイスが必ずしも良いことではない、『私のつらさを理解してくれる』人がそばにいる。それだけでもうれしいもの。

何よりも大事なことは相手（患者・家族）を尊重することである。

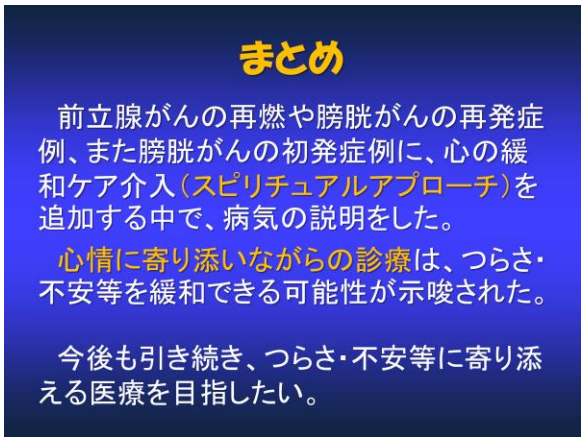




当科では感情のない説明ではなく、温かい言葉がけに配慮している。それはまた信頼関係にもつながる。



医療者への信頼感がある場合は、そうでない場合に比して、その後の心理ストレスは低く、前向きさが高くなり、また QOL の向上・予後に良い影響があると言われている。



まとめ

心情に寄り添いながらの診療は、つらさ・不安等を緩和できる可能性が示唆されました。

今後も引き続き、つらさ・不安等に寄り添える医療を目指したいと思います。

【参考文献】

１．『なぜ私だけが苦しむのか』H.S.クシュナ（斎藤武訳）岩波書店

２．固形がんの治療効果判定のための新ガイドライン（RECIST ガイドライン）