

### Ⅲ こころのつらさ

患者さんは、常に死の恐怖を抱えながら必死に生きています。

そこに、自分のことを自分でできなくなってしまったつらさが加わります。

いつかそういう日がくると漠然と考えている人にとっても、介護を受けることは、「死」がすぐそこまで来ていることを実感させられます。介護に抵抗する人がいますが、それは、追いつめられた精神状態から、強い恐怖感に襲われたときの自己防衛といえます。

**患者さんが“大切にされている”と感じられるケアが大切です。**

- こころの状態のあり方が、からだの症状には密接な関係があることを胸に刻んでケアをすることが大切です。

**「自分をわかってくれる人がいる」と思えることが、つらさや痛みの緩和につながります。**

- 「話を聞いてくれる人」がいると思えることが、つらさや痛みの緩和につながります。

**心地よいケアを受けていると感じると気持ちが安らぎます。**

- 介護によって少しでも心地よさを感じてもらえれば、心が穏やかになり、からだのつらさも和らぐことになります。



「がん」と「高齢者」のケアは、病状の変化や死への意識など  
基本的な違いを理解しておく必要があります。

- 高齢者は、ケアの方法に適応していく時間があります。  
ケア側も高齢者の個別性に合わせたケア方法を見いだす時間があります。  
高齢者のケアは、今回がうまくいなくても次回があります。
- がん患者さんの終末期は身体機能が急激に低下するため、ケアを希望  
したときに適切な方法で提供できる高いスキルが求められます。