維持透析患者へのACPを用いた介入と心理的変化

キーワード:維持透析患者、ACP、リフレクション

綿谷早記　(透析室)

Ⅰ.はじめに

近年、高齢化と治療の進歩により透析患者は増加している。透析患者は身体合併症を併発しやすく、人生の最終段階で患者自身が具体的な意思決定を行うことが難しい場合もある。そのため本人の意思確認ができず患者・家族が望む治療であったのかとジレンマを感じることがあった。

近年、エンドオブライフを見据えた意思決定支援のアプローチ方法としてACPの取り組みの重要性が強調されている。「本人のこれまでの人生観や価値観、どのような生き方を望むかを含め、できる限り把握することが必要である」[1)]と言われている。そのためには患者が自分自身の事を考え語ることが大切である。患者が語る事が可能な時期からリフレクションを繰り返し行うことで、価値観やどのように生きたいかを明らかにすることが可能であると考えた。そこで透析導入期より信頼関係を築いてきた外来維持透析患者を対象にACPを用いた介入を展開していく。

Ⅱ.研究目的

A病院の外来維持透析患者1名を対象に、ACP介入時にリフレクションから得られた患者の心理的変化を明らかにする。明らかにした結果から実践した看護の評価と今後の看護介入を検討する。

Ⅲ.用語の定義

1.ACP:将来の変化に備え、将来の医療及びケアについて、患者を主体に、その家族や近しい人、医療・ケアチームが、繰り返し話し合いを行い患者の意思決定を支援するプロセス

2.リフレクション:内省・省察を示す

3.透析患者:ここでは血液透析患者とする

Ⅳ.方法

1.対象者(以下、M氏)

M氏:70歳代男性、当院外来維持透析患者。娘と2人暮らしで、日中は1人で生活している。2018年不安定狭心症に対してCABG施行。同時期に妻を急に亡くしている。腎硬化症を原疾患とし2019年に血液透析導入。大きなトラブルなく安定した透析ができている。研究者は導入時より受け持ち看護師として担当している。

2.データ収集の方法

A病院では2019年より外来維持透析患者へのACP実践を行っており、多職種カンファレンスや面談を通して継続的な介入を行っている。その面談では、価値観や意向を確認し医療ケア・生活の目標を情報共有している。M氏との面談では、現状の病状把握、病気体験などの人生観を共有した。福岡腎臓病患者連絡協議会が作成した「私の備忘録&家族への伝言ノート私の手帖」の冊子を渡し、家族と共に思いや考えを整理してもらい、医師・患者家族を含めた面談を行う。その後2週間程度時間を設け、看護師より半構成的面接を用いて、15分程度のインタビューを2回実施する。「ACPの手引き豊かな人生と共に～私の心づもり～ACP人生会議のパンフレット」を活用したインタビューガイドを作成する。

3.分析の方法

インタビュー内容から導き出された患者の発言とその発言をリフレクションした反応から逐語録を作成する。逐語録から心理的変化やM氏の大切にしていることに対する反応をカテゴリーに分けた。

4.倫理的配慮

研究への参加の有無は自由意志であり、途中拒否や中断が可能であること、患者の「知りたくない」権利も理解し、強要しないことを書面で説明する。当院の倫理審査委員会に

て承認を得たのちに説明・同意を得た。

V.結果

インタビュー内容とリフレクションの結果は(表1)に示す。ACP介入とそこから得られた心理的変化を下記に示す。

M氏は元々怖がりな性格で、CABGを行ったことから合併症を起こすのではないかと病気への不安があった。さらにエンディングノートを見た事、医師の説明を受ける事は予後が短いのではないかと不安を助長していた。またACPを終活とイメージしていたため、ACPはM氏らしい人生を送るための思いや考えを他者と共有する目的であることを説明した。その結果、正しいACPの意味を理解し、人生と向き合うようになった。人生を振り返る過程で、病気を乗り越え、現在も安定した透析が行えている事を受容的に関わった。そして看護師との面談の際に、医師と話す意図、ACP実践を行う医療者の思いを伝えた。M氏は「今後の生活についてやっておくべき事を考えよう」と前向きな気持ちに変化していた。

M氏は娘と話すと落ち着くと語り、娘の存在は患者の大きな支えになっていた。娘はM氏の病状を理解し1人で家にいる事を心配していた。そのため娘は患者の良き理解者となっている事、娘の存在が生きる目標の動機付けとなっている事を振り返った。また、「妻とどのように生きたいか話しておけばよかった」と妻との後悔も語っていた。その後悔が「娘には何でも話すようにしている」と患者に影響を与えていた。研究者は人生を振り返る中で妻との出来事の話を膨らませ、娘との現在の関係について考えるように関わった事で、家族と過ごす時間が生きがいで家族が大切であると気づいていた。その価値観を看護師と共有することで、「娘に隠し事しない」と取り決め、自分の思いを語ることができていた。

日々患者と関わる中で、家で1人で過ごすことが多く生活がつまらないと感じていた。元々野球のコーチなどアクティブに活動していたが、現在は非活動的になっていた。研究者は非透析日のQOLを高めたいと患者と繰り返し話を行い、趣味の提案を行うなど患者と共に検討する関わりを行ってきた。そして、現在の生活を振り返りM氏自身もQOLを向上したいと考えるようになっていた。生活のモチベーションを上げる介入は「ADLを保ちたい、趣味などやりたい」と新たな取り組みを意識する事に変わっていた。

VI.考察

ACPはよりよい人生の最終段階に向かって患者の価値観を家族や医療者と共有し将来について考えるプロセスである。慢性疾患を持つ患者にとって自身の病気と向き合い生活を送ることが必要である。M氏はACPを終活とイメージしていたため病状悪化の不安を感じ、見えない未来と向き合う準備ができず将来について考えることができなかった。看護師が患者の不安の真意を探り一緒に解決していく過程は、自分の病気を捉え、正しくACPを理解することに繋がった。そして、病気を受容し現在の生活を築き適応していることを認める事で安心感を与え、励ましとなっていたと考える。このような介入が今後の生活について考えるという前向きな気持ちにさせ、ACPの認識変革に繋がったと考える。

ACPを理解した上で妻との関わり、娘との関係性を振り返った中で、患者の思考の根源に常に家族の存在があった。家族が生きがいであるという価値観を共有することで、家族の重要性を再認識することに繋がっていた。また自分の価値観に気付き、ACPを家族で話し合うプロセスは、現在とこれからの家族との関わり方も見直すという行動変容に変わっていたと考える。当院では医師や患者家族と面談を行っているが、家族と話す機会は少ない。今回の研究を経て、普段の生活の中で患者に家族と意識的に語り合い会話するよう促すことで、家族の思いや考えを確認することができる。そして価値観の共有や代理意思決

定になりうる準備など意思決定の促進が期待できる。

日々の患者との関わりの中で患者は現在の生活がつまらないと感じていたが、趣味を見つけたいと心境の変化がみられた。竹ノ内は、「患者には、適切な援助があれば、自分にとっての最善を見出す力と、表現する力がある」[2]と述べている。心境の変化がみられたのは、患者がQOLを高めたい真意に気づくよう生活を振り返り前向きに評価したことが影響していると考える。そして、今後のQOLを考えることは今の生き方を再考しており、自己肯定感を高める支援により、新たな価値観の表出に繋がったと考える。鶴若は、「ACPで話される内容は人生に深く関与する重要な価値を含むものであり、話し合いをするためはお互いの信頼が必要になる」[3]と述べている。日々患者の生活を共に考え、一緒に目標設定する事は、患者に安心感や信頼感を与え信頼関係が構築されていた。今後も患者の思いや考えからACPの内容やタイミングを図ることが必要である。そして患者と共に今後の生活を考える存在になり自分の意思を表出できるような信頼関係を築くことが必要であると考える。

今回の研究を経て、患者の病気体験や大切にしていることを振り返る事で、患者が自身の考えを表出することが可能となり、内省を促していた。患者自身が思考過程を振り返り、生きがいや大切にしていることの言語化を促すことで、自身の価値観に気付き、自分の人生を考えるきっかけとなったと考える。リフレクションを行うことは意思表出を促す上で有用で、継続的なリフレクションがこれからどう生きたいかの考えをさらに深めることができると考える。普段、オープンフロアでの治療を受ける患者に時間をかけて思いを傾聴することは難しいため、看護師による面談を機にこれまでの生活や価値観を知ることが可能となった。しかし、ACPの実践を行った期間が1ヶ月であったため、今後の医療ケアの希望はみられなかった。看護師は日頃から外来維持透析患者と治療や生活について話すことが可能である。今後、何気ない日常会話から患者の希望や強みに気付いて、一緒に掘り下げたり膨らませながら目標を見出していく意図的なリフレクションを行う事が課題である。

Ⅶ.結論

1. ACP実践を行うことは、患者自身で価値観に気付き、今後の人生を考えるきっかけとなっていた。

2.リフレクションは患者の意思表出を促す上で有用であり、継続的な介入を行うことで治療や生活の目標を見出す事が可能となる。

Ⅷ.本研究の限界と課題

本研究は対象患者1名から導き出された結果である。研究期間が1ヶ月未満であったため今後あらゆる対象者に対してACP実践の場でリフレクションを活用しさらなる看護介入の検討が必要である。

Ⅸ.おわりに

本研究を通して、漠然とコミュニケーションを行うのではなく患者の心意を捉えながら意図的に行うことでその人らしく生活するための支援に繋がることがわかった。この事を活かし介入することが個別性のある看護に繋がるため今後の看護に活かしていきたい。

Ⅹ.引用文献

1)厚生労働省:人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン,2018.

2)竹ノ内沙弥香:そのひとらしい生き方を支援するために~アドバンス・ケア・プランニングの実践~ACPをどう実践するか③,在宅・病院・介護施設をつなぐACPのあり方,がん看護,22:683－686,2017.

3)鶴若麻里他:アドバンス・ケア・プランニングと具体的支援－訪問看護師が療養者へ意思確認するﾀｲﾐﾝｸﾞの分析を通して－,生命倫理,26巻(1号):96-99,2016.

(表 1)インタビュー内容に対するリフレクションの結果

インタビュー内容	1回目のリフレクション	2回目のリフレクション
人生を振り返り大切にしていること	・大きな手術(冠動脈バイパス術)するまでは将来の生活とか何にも考えていなかった ・家内がおったけん安心しとったいうか気楽で考えることしなかったね。 ・透析は仕方ないかなって。妻が食事とか管理してくれて透析なりますって言われて 10 年持ったから ・娘が結婚するまでは元気に生きとこうと思ってた ・(娘と)ずっとしゃべっていて落ち着くし、落ち込んでも大丈夫って思うね ・家内と旅行とか行こうと思ってたけどね、もっと今後の事(将来をどのように生きたいか)話しておけばよかった。僕は娘には何でも話すようにしてるね。	・大切にしているのは家族
今の自分が望む 今後の生活や医療・ケアのかたち	・これ(CABG)しているから(予後は)長くない ・(医師を含めた面談を行う前に)エンディングノートを見て予後について説明されると思って不安になった ・これからをどう生きるかを考えるとこの先長くないんだろうと思う。エンディングについて考えるのはまだ早いと思った ・(医師との面談で)先生から「大丈夫」って言われて安心した ・(看護師に)話を聞いてくれるし気が楽になる、少しずつ冗談を言えるようになった ・家で 1 人ですることがないからつまらない ・趣味を見つけようといろいろ試している ・一人で家事や身の周りのことや趣味ができてっていうのがいいですよね	・今後の生活ついてやっておくべく事を考えようと思った ・(看護師に)話すと気晴らしになる。ベッドだとプライバシーもあるから難しいもんね。もっと聞いてほしいくらいだね ・今元気な状態を保とうと筋トレしてるね ・もし自分が亡くなるって考えた場合はね、自分の事より娘の事を考える。夫婦 2 人入院して大変だったみたいだから、それを考えると娘のために目標とかちゃんとしとかんとなって思う ・透析して体調が悪いとかはなくて普段と変わらないから透析が難しくなったらって考えることないね ・将来のこと(病気や治療について)はその場にならんとわからん。透析して 2 年だし(エンドオブライフについて)今のところは考えてない
自分の考えや思いについて他者と話した結果、家族の希望や思い	・娘は、最期は家でって考えてるみたい。長生きしてもらいたいから僕が望んでる生活ができるようにサポートしたいって ・娘は今度結婚するから退職予定だね。日中 1 人だから僕の事を心配してるみたいでね	・娘に伝えたくないことはない。僕は隠し事なしでいくって言った。伝えなかったら娘が大変になるでしょう