

糖尿病ケアの知恵袋

よき「治療同盟」をめざして

石井 均 編集

八幡和明(新潟県厚生連長岡中央総合病院内科部長・中央健診センター長)

日本糖尿病療養指導士制度が発足して、糖尿病の療養指導にかかわるスタッフの方たちは確実に増え、全国各地の施設で大きな成果をあげています。また療養指導士だけでなく他にも多くの人たちが、医療チームの一員としてそれぞれ活躍の道をさぐっていることでしょう。

糖尿病の患者さんが将来にわたって悪化せず合併症を起こさないように指導をしていくことはとても面白く充実した業務ですが、時としてその指導が空回りしてしまうことがあります。一生懸命に指導するのに患者さんはなかなか変わってはいくれません。どうやって指導すればいいのだろう、どうやったら変わってくれるんだろうと悩むことも少なくありません。

そんなとき『糖尿病エンパワーメント』(石井均監訳、医歯薬出版、2001)の本に出会いました。エンパワーメントとは患者さんの中に眠っている問題解決能力を引き出して開花させることにあるという。なんとなくわかったような気がして、さっそく自分でもやってみようとするのですが、個々の人に向かうと具体的にどう対処していけばいいのか戸惑うこともしばしばです。そんな悩みを抱えている人は決して少なくないのではないのでしょうか。

今回『糖尿病ケアの知恵袋—よき治療同盟をめざして—』という本が発刊されました。本書はエンパワーメントアプローチの実践編にあたるというでもいいでしょう。この本では様々な治療困難例、例えば「仕事のつきあいのために食事が守れない人」「高齢で一人で治療をしていくことが困難なのに家族の協力が得られない人」「自分から壁をつくって支援を受け入れようとしない人」「重症合併症に押しつぶされそうになっている人」

など、いくつかの事例が紹介されます。そう私たちもきっと出会うような人たちです。そういった人たちにどう接していけばいいのか、どうしたら相手が、また自分が変わることができたのか、そのポイントはなんだったのか考えられるようになっていきます。

この本を読むと今までわれわれは一方的にこちら側の論理で患者さんを評価して、療養指導をしてきたのではないかとあらためて気づかされます。患者さんは指導に従うのが当たり前と思いきや、こんでいなかったでしょうか。だから従わない患者さんに会おうと私たちは当惑してしまいます。

どうして食事を守ってくれないのだろう、どうして運動しないんだろう、なぜインスリンを受け入れてくれないんだろう。こちらが焦っていえばいっほど「よくわかっているんですけどね…」とか「もう食事指導なんてもう何度も聞きましたから…」という拒否的な態度にとまどってしまいます。そしてつい「手こずり症例」というレッテルを安易に貼ってしまっていないでしょうか。

あるいは一生懸命指導しているのに相手が変わってくれないと、自分たちの指導技術が足りなかったんだと思いきや、落ち込んでしまったり燃え尽きてしまったり(バーンアウト)するかもしれません。そうならないためにも、まず患者さんのいうことに耳を傾け、お互いに信頼できるいい関係(治療同盟)を作ることからはじめていくことが大切です。

そして両方で目標を共有しそれに向かって知恵を出し合っていくことが前進につながるのかもしれない。時には焦らず「待つ」勇気も持つことを忘れないように。

本書をヒントにしてみなさんがそれぞれの患者さんとのよき治療同盟を築いていけたら、この知恵袋はいくつもいくつもできていくことと思います。みなさんの施設でそれぞれの知恵袋を大きくふくらましていきませんか、そして本書の続編、あるいは続々編ができることを願っています。■

● B5版 頁192 2,835円

[ISBN 4-260-12719-5] 医学書院刊