

「看護できない患者はいない」 私たちを支える 中井久夫先生の言葉

看護できない患者はいない——当たり前のようで衝撃的なこの言葉を中井久夫先生が述べたのは、『看護のための精神医学』（医学書院、初版2001年発行）の冒頭でした。その後、『こんなとき私はどうしてきたか』（シリーズケアをひらく、医学書院、2007年）も発行され、精神科臨床の最前線でケアにあたる看護師のために中井先生の言葉が綴られた貴重なものとなりました。その2冊から、中井流の言葉がけと箴言（しんげん）をご紹介します。

ちなみにこの企画は、山梨県立北病院の市川正典さんが中井先生を偲ぶ読者投稿をくださったことがきっかけです。2022年8月8日に88歳で他界された中井先生が私たちに残してくれた言葉を味わい、読者の皆さんとともに思いを馳せることができたらと思います。（編集室）



「**味**がわかるようになり ましたか」

こう聞くのは、そもそもかなりのゆとりがないと味がわからないからです。多くの患者さんの食事は速いですね。かきこむように。食べ方の変化だけからも回復がみえてきます。

—— こんなとき 14 頁

うつ病 の苦しさ

うつ病の人の行動は、グリセリンの中を歩いているような感じがするようだが、朝や、何ごとかを始めるときにはグリセリンがとくに濃いと思うてもよい。夕方からまわりの「液体」がさらにとてくる。そのうち「気体」になる。気体が身体を持ち上げて「無重力感」に近づくと、疲れを知らない躁状態になる。—— 看護のための 159 頁

薬に賛成 してもらおう

患者が薬の作用に「賛成」すると、少量でよく効くようになる。薬の力で患者をねじ伏せようとする、大量の処方が必要となる。—— 看護のための 74 頁

「それは いつときである」

すべては過ぎ去るんです。別にそれは哲学的な意味じゃなくて、グラフに描いてみればわかるように、病的体験の時期は医者の方のなかにあるよりはるかに短いです。

われわれは接する回数が多いから長く感じますがけれども、実際にグラフに描いてみたら、そうでないときのほうがずっと多いのです。すべてはいつときだといっていいと思います。—— こんなとき 155 頁



やさしさ とは

「やさしさ」は、押しつけがましさをなく相手を包むものであり、求め求められる関係を超えたものであって、求めて得られるものではなく、求められてさずけるものではない。これを忘れると「やさしい」人が突然キレて、むちゃくちゃになる。

——看護のための177頁

成熟 とは

成熟とは、「自分がおおぜいのなかの1人（ワン・オヴ・ゼム）であり、同時にかけがえない唯一の自己（ユニーク・アイ）である」という矛盾の上に、それ以上詮索せずに乗っかっておれることである。

——看護のための188頁

「一生に 何度もない 大事なとき である」

精神科受診の体験が初めてのときの患者さんは、あんがい自分は平気だ、大丈夫だ、普通だと思っています。したがって私が患者さんに最初に出す情報は、「あなたは一生に何度もない、とても重要なときにいると私は判断する」ということです。これにはうなずく方が多かったですね。

——こんなとき9頁

看護 できない 患者はいない

看護という職業は、医師よりはるかに古く、はるかにしっかりとした基盤の上に立っている。医師が治せる患者は少ない。しかし看護できない患者はいない。息を引き取るまで、看護だけはできるのだ。——看護のための2頁

「きみの側の協力は、まず第一に都合の悪いことを教えてくれることだ」と告げます。「たとえば薬に関する苦情を私に言うこと、これがあなたの側の最大の協力です。そうでなければ私はきっと間違っ

また、面接のたびに薬の飲み心地を問います。「飲み心地を問う」のが精神科であり、飲んでいるかどうかをチェックするのは内科でしょう。同じように睡眠についても、「眠り心地をも問う」のが精神科であると思います。 — こんなとき 13 頁

「都合の悪いことを教えてほしい」

病棟を耕す

慢性統合失調症の看護は、彼らを見捨てることからはじまる。彼らがいなくなるように廊下を急ぐ医療者は、患者からはさぞ「自閉的」に見えるだろう。軽くあいさつしながら廊下をゆっくり往復しているだけで病棟全体の雰囲気は変わる。これは「病棟を耕す」といって、荒れた病棟に着任したときにまず薦められる方法である。

— 看護のための 150 頁

人間らしい看護

ある医師が、ある老人施設で、痴呆性老人の身体看護は満点だが何かが足りないと感じた。彼は、いまは何も口をきかない老人たちの生涯を調べて、看護詰所で語った。「この人は、障害児を育てあげた人です」「この人はガダールカナル島の戦いに生き残った人です」というように。そうすると、いつの間にか空気が変わって、人間にたいする看護らしくなったという。 — 看護のための 257 頁

「ほお！ ほおーっ、ほお？」

調子で気持ちを表すんです。「ほお！」と言うのと、「ほおーっ」と言うのと、「ほお？」というのと、ぜんぶ違いますよね。これは大事です。

理性的に返事をしないといけないような気持ちになってしまう看護師さんもありますが、そんなことはないです。 — こんなとき 45 頁

「疲れが 出るほうが だいたい 後がよろしい」

患者さんのよくなり方はいろいろですが、けれども、だいたい一度元気になって、それからどっと疲れが出てきます。本人にも家族にも「あれだけの仕事をしたのだから疲れが出ないほうがいいです。疲れが出るほうがだいたい後がよろしい」と申してきました。疲れをマイナスととるような風潮が世にありますからね。

— こんなとき 145 頁

理解はついに 「信」に及ばない

あなたの配偶者や子どもを「信」ぬきで理解しようとする、必ず関係を損ない、相手を破壊する。統合失調症の再発も確実に促進する。婚約者にロールシャハ・テストを施行しようとする精神科医はフラれて当然なのである。

— 看護のための 230 頁

「治る」とは 病気の前に 戻ることに ならない」

「病気の前というのは、これから病気になるという“病気の種子”がある状態で、不安定で危ういところがあったと思うが、どうだろう？」と申しますと、思い当たることがあるような顔をされます。

「治るとは病気の前よりもよくなることだと私は思います。見栄は二の次で、病気の前よりも安定してゆとりのある状態になることです。それが精神科のむずかしさでもあり、やりがいいでもあります」などと申します。

— こんなとき 15 頁

「きみは 見込み があるぜ！」

私は、患者さんが何か文句を言ってきたら「うーん。きみは見込みがあるぜ！」って言います。全員に見込みがあるかどうかまでわかりませんが、「ダメもと医学」ですよ。それで少しでも見込みが増えたらプラスです。こう言ってマイナスということはありせん。

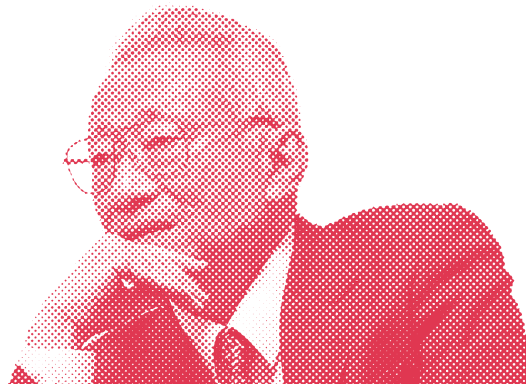
いちばん大事なのは、患者さんの士気を維持することなんです。これが何にも優先する第一課題。「いまはうまくいってないかもしれないけど、私たちは匙は投げていない」というサインを送る、送りつづけるってことが非常に重要です。—— こんなとき 49頁

ともに 病みうる 人間として

脳とこころは 表裏一体

脳とこころとは紙の表と裏のようなもので、二つに分けることもできないが、同時に両方を眺めることもできないようなものだと考えてもよい。酒が少し入るだけでこころに大きな変化がおこるのだから、生理と心理とは文字どおり表裏一体なのだ。が、「表裏一体」ということは同時に両方から眺められないこともある。

—— 看護のための13頁



「病人」の反対は「非病人」である。「病人」と同じ意味のレベルで「健常者」というものが存在するのではない。すべての人間は「病人」になりうる可能性をもっている。心身の傾向とそのときのわずかな事情の違いによって何病になるかが違うだけだ。

「だれも病人でありうる、たまたま何かの恵みによっていまは病気でないのだ」という謙虚さが、病人とともに生きる社会の人間の常識であると思う。

—— 看護のための6頁

「いまはまだ 向かい風 のときだなあ」

「運」という言葉を、私はけっこ
う患者さんに使います。「引き潮
と満ち潮のときがある」とか、「向
かい風と追い風とがある」という
ような表現もします。「いまはまだ、
向かい風のときだなあ」というよ
うに。

だって人生って、自分の力で切
り拓いてきたように思ったりもす
るけど、ほんとうはそうじゃない。
偶然が運命を大きく決めているで
しょう。

—— こんなとき 50 頁

ヒュブリス (傲慢)の罪

「患者が変わる」のであって、医療者が患者を変
えるのではない。医療者は「患者が変わる際の変化
を円滑にし方向の発見をたすける触媒」、できるな
らばあまり害のない「よき触媒」であろうと願うの
がゆるされる限度であると筆者は思う。

—— 看護のための 233 頁

「リラックス というもの かもしれないよ」

リラックスする体験をしていない、
あるいはむかしからあまりしていな
い、いや、ずっと緊張してきたとい
う人の場合には、リラックスした状
態をいい状態であるとは感じられな
いみたいです。

〔とはいえ〕それはリラックスとい
うものだと相手の訴えを全否定する
のはどうでしょうか。「うーん、そ
れはリラックスというものかもしれ
ないよ」と私なら伝えます。

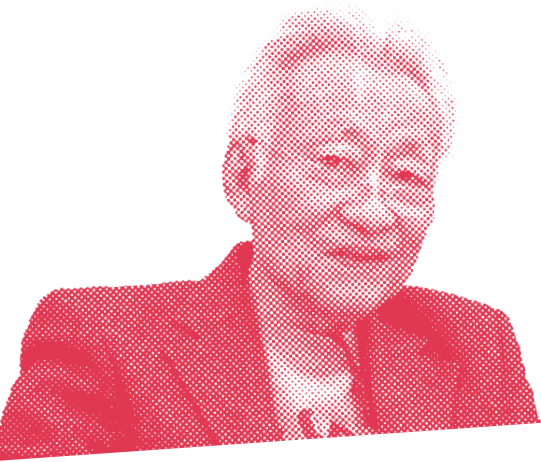
—— こんなとき 168 頁

患者さんへの語り方としては、「もしCIAがあなたを追害していたとしても、ここまでは追いかけてこないだろう」というような表現がいいでしょうね。「もし……ならば」というふうに「if」を使う表現のほうがやわらかです。「もうCIAは追いかけてこないよ」と言ってもいいかもしれませんが、患者さんの考えを育てる言い方は「if」のほうがでしょう。

「もし……ならば……であろう」という言い方は面倒くさいようですが、けつきよくは時間と労力の節約になります。患者さんが「もし……ならばであろう」という考え方をできるようにすることは、それ自体が大きな進歩なんです。これは薬ではつukれない達成です。

—— こんなとき 123 頁

「もし……
だつたら……
だろうよ」



「ほんとうは 大丈夫 なんだよ」

ほんとうは何だかわからないんですけど、小声で「きみ、ほんとうは大丈夫なんだよ」とつぶやきます。「きみは、いまでもそう思えないだろうけれども、ほんとうは大丈夫なんだよ」と何度も小声でささやきます（なぜ小声かといえば、このとき患者さんの側には声が非常に大きく聞こえている可能性があるからです。「耳を傾ける」ことも意識の焦点を一つにしようとすることですし）。

—— こんなとき 18 頁

人格とは

人格の一面は、「問題の立て方と解き方に比較的によくあらわれる傾向の全体」ととらえることができる。「立て方」というのは、人間が現実から問題を切りだす、その切りだし方といってよい。問題の立て方で「解き方」と「答え」は半分決まるものである。—— 看護のための 227 頁