



## 【保健師編（慢性身体疾患対応）】

### ■ 悪い対応

鈴木さんは、3年前胃がんの手術を受けましたが再発。治療のため、内科で抗がん剤治療を受けています。しかし副作用や食欲不振、さらに強い痛みがつらい日々。死への不安を抱えていました。体調も日に日に悪化。車での通院も厳しく、妻が町の保健師に相談をしました。

### （鈴木さん宅玄関）

保健師：ごめんください。こんにちは、町の保健師の山田です。

妻：こんにちは。保健師さん、今日はありがとうございます。お待ちしております。どうぞ、おありがとうございます。

保健師：では、失礼いたします。

### （鈴木さんの寝室）

妻：最近は、横になっていることがほとんどで、今も、ふとんで休んでいるんですよ。

保健師：そうでしたか。こんにちは。鈴木さん、ご様子を伺いにまいりました。

鈴木：（ふとんに横になっていたところ、上半身を起こして）  
ありがとうございます。わざわざ、おいでいただいて。

保健師：大丈夫ですか？起きられますか？

鈴木：（苦しそうにしながら、起きてふとんに座る）  
大丈夫です。起きられます。

妻：あなた、大丈夫？いつもより辛そう…

鈴木：ああ、ちょっと辛いけど、大丈夫。座るくらい…

保健師：大丈夫、起きられそうですね。

鈴木：（辛そうに起き上がる）

保健師：奥様からは起き上がるのもやっとだと伺っていましたが、大丈夫そうですね。

鈴木：……………

保健師：体調はどうですか？

鈴木：治療を続けている間は、体調が思わしくなくて。でもつらくても頑張っています。

保健師：大変だと思いますが、頑張ってくださいね。

妻：それはそうなのですが、食欲がなくて食べられないようなんです。そして、歩くと息切れがするようで、歩くのも大変なようなんです。痛みもあるようだし。本当に辛そうで。



保健師：食べられなければ、力も出ないですよ。

もしかしたら、病気が進行しているのかもしれないね。

でも、仕方がないですよ。

つらいでしょうが、抗がん剤治療の間は、我慢していただかないと。



鈴木：……そうですね。そうしないと治らないですよ。わかっています。

妻：でもね、夫はものすごく我慢しているんですよ。昔っから我慢強い人で、よっぽどのがないとなつらいつて言わないんです。

そんな夫が、最近はつらさが増しているようで、「もうだめだ」と弱音を吐くんです。本当につらいと思うんです。時にはイライラしてあたり散らすことだってあるんです。



保健師：そうなんですか。今の状況をみると…、鈴木さん、本当のところはどうですか？



鈴木：……妻のいうとおり、つらいんです。食べられないって先生に言ったら、食べたいものを食べればいって言われたけど、それもまた、もうどうでもいいからかなと思ったり…、もう駄目なのかなあって思ったり、イライラもするし。

保健師：食べられない方には、だいたいそういう風に先生はお話されているみたいですよ。鈴木さんだけではないですから。

先生がおっしゃることはその通りで、好きなものを食べたらいいですよ。奥様もできるだけ、好きなものを食べられるように工夫なさるとよいと思います。



妻：……わかりました（不服そうな表情）。

保健師：他には心配なことはないですか？

鈴木：車の運転をするのもやっとなってしまって…  
この前は病院までタクシーで行ったんです。往復8千円もかかってしまって。

妻：毎回では大変です。そんなにお金があるわけではないから…、どうにかならないものでしょうか？

保健師：なんとかってね。



親戚の方とかにはお願いできないんですか？頼んでみるっていうのはどうでしょうか？

妻：頼めるところがあれば、いいんですが…いいないんです…



鈴木：もういいよ。俺が死ねばいいんだよ。  
そうすれば、心配なこともなくなり、いいんだよね。みんな丸く収まるんだよ。



保健師：鈴木さん、死んでしまいたいなんて、気軽に言わない方がいいですよ。  
むやみに死にたいなんて…。治療中の方は、みなさんそう思う時期があります。  
今が一番つらい時なんです。ここを乗り越えれば、また散歩したりできるようになりますよ。  
もう、ひと踏ん張りですから、頑張りましょう。



妻：保健師さん、でも、本当に辛そうなんですよ。夜もつらくて眠れていないようなんです。どうかお願いします。

保健師：先生には、ご相談しましたか？



妻：いえ、まだお話ししていません。診察の時、相談しそびれてしまうんです。

保健師：まずは、主治医の先生に、相談なさってください。  
眠れないのであれば、いろいろお薬で調整してくださると思います。



鈴木：……はい、わかりました。

保健師：この治療を乗り越えれば、大丈夫ですから、頑張りましょうね。





## ■良い対応

鈴木さんは、3年前、胃がんの手術を受けましたが再発。治療のため内科で抗がん剤治療を受けています。しかし副作用や食欲不振、さらに強い痛みが辛い日々。死への不安を抱えていました。体調も日に日に悪化。車での通院も厳しく、妻が町の保健師に相談をしました。

### (鈴木さん宅玄関)

保健師：ごめんください。こんにちは、町の保健師の山田です。

妻：こんにちは。保健師さん、今日はありがとうございます。お待ちしております。どうぞ、おあがりください。

保健師：では、失礼いたします。

### (鈴木さんの寝室)

妻：最近は、一日中横になっていることがほとんどで、今もふとんで休んでいるんですよ。



保健師：そうでしたか。こんにちは。

鈴木さん、ご様子を伺いにまいりました。

鈴木：(ふとんに横になっていたところ、上半身を起こして) ありがとうございます。わざわざ、おいでいただいて。



保健師：横になったままで、大丈夫ですよ。無理なさらずに。

鈴木：ありがとうございます。ゆっくり起き上がるので、大丈夫ですから。



妻：あなた、大丈夫？いつもより辛そうだけど…

鈴木：ああ、大丈夫。大丈夫。座るくらい…

保健師：無理なさらないでくださいね。

つらくなったら、すぐに横になってかまいませんからね。

鈴木：ありがとうございます。そうになったら横になりますから。



保健師：奥様から鈴木さんのご様子をうかがいまして、こちらで何かお力になれることはないかと思い、伺いました。

鈴木：ありがとうございます。治療をしているのですが、体調が思わしくなくて…、つらくても治療を続ける間とは頑張っています。

妻：食欲がなくて食べられないようなんです。そして、歩くと息切れがするようで、歩くのも大変なようなんです。痛みもあるようだし。本当に辛そうで。



保健師：そうだったんですね。よく頑張ってこられましたね。

鈴木：（息を切らしながら、ゆっくり話す）  
頑張っているんですが、やっぱり、立ち上がるのもやっとの時があって、その時はもう駄目だなと思うこともあるんです。仕事も定年まで働けたし、あとは、楽しく生きて行こうと思っていたのに、これじゃあね。  
あとお迎えが来るのを待つばかりだから、こんなにつらいんだったら、もういいやと思ったりね



保健師：そうだったんですね。つらいですね。

食欲が出なくて、食べられないということでしたが、どんな感じですか？



鈴木：それであんまり食べられなくて。

保健師：（うなづいている）  
どんなものだと言われてましたか。



鈴木：うーん、どれ食べてもおいしくないし……、味もわからないし。

保健師：そうでしたか。それだと元気でてこないですね。

鈴木：そうなんですよ。



保健師：息切れの方はどうですか？

妻：家の中で少し歩いてもぜいぜいと息切れしていて…、

保健師：歩くのはお辛いんですね。

鈴木：そうですね。立ち上がるのもきつくてね。もう、立ち上がれないくらいだから…もう自分はだめでしょうね…

妻：こんな感じでね。歩こうとしても歩けないし、もうだめだと繰り返して…。

保健師：そうですね。つらいですね。



鈴木：……もうすべてがつかなくて……歩くのがやっただしね。

妻：最近はつらさが増しているようで、「もうだめだ、死にたい」と言っていたり、イライラして…

鈴木：どうせもう治らないから…。

妻：…いつもこんな感じなんです…気持ちも落ち込んでいるようで。

保健師：体調が悪いですから、気分が落ち込むのも無理なことだと思います。

鈴木：はい（うなずき）

保健師：今の状況について、先生からはどのように聞いておられるのですか？

鈴木：はい。あまり辛いようだったら、気持ちを和らげる治療もあるからって言われました。それと症状も良くなならない時の治療についてもいろいろと相談にのっていただけると、そういう話もありました。でも、どうしたらいいものかわからないまま毎日が過ぎます。

保健師：そうなんです。どうしたらいいか、決められなくて毎日が過ぎていくのですね…。

妻：治らない患者は、見放されるんじゃないかと心配しているんです。親身になってみてくださっている先生なんだから、そんなことはないと思うよって言っても、聞かないんです。先生の前だと、つらいこともあまり伝えず、治療頑張るって言い張るんで。

保健師：そうだったんですね。無理されているんじゃないですか？

鈴木：……先月までは車を運転して行けたのに、今はつらくてね。車に乗り込むまでが…、もう限界だと思って、この前はタクシーでいったんです。

妻：私が支えないと、立ち上がれないくらいで…、タクシー使ったら往復で8千円もかかってね。

鈴木：治療費もかかるのに、タクシー代までかかったのでは…、どうせ死ぬだけなんだから、もう治療もいいし、死んだ方が家族のためにもいいんだよ。

妻：最近はいつもこうなんです。特に夜になると、いろいろ考えてしまうようで…、

保健師：そうでしたか。  
いろいろご家族のことも心配されていたんですね。それで夜になると、いろいろと考えてしまうんですね。

鈴木：そうなんだよ。



保健師： それでは、夜、あまり眠れていないんじゃないですか？

鈴木： まあ。夜は、あまり眠れていません。もう何の希望もなくて…、そして、眠れないと余計にいろいろ考えてしまっ  
て…

保健師： そうでしたか。つらいですね。

鈴木： 医療費もかかる、もう死ぬのを待つばかりなんだから、家族に迷惑かけられないから、もういいか  
なとか思ったり……

妻： お金は大丈夫だから心配しなくていいんだよって言うても、医療費も心配だからもう治療しなくて  
いいとか、死んでしまった方がお前も楽になるだろうとか…。どうしたらよいか…

保健師： 医療費のことも、心配していたのですね。

鈴木： 退職金で、自宅のローンを払ったけど、まだ残っているし、  
子供たちは大学院に行くとか言って、まだまだお金はかかる  
し…  
もう治らないんだから自分が死んだ方が家族にも迷惑かから  
ないんだよ。

保健師： そのくらい思いつめていらっやっったんですね。

いなくなりたいと、よく考えてしまいますか？

鈴木： ふと、考えてしまうことがあります。

保健師： 具体的に考えてしまうことがありますか？

鈴木： いや、そこまでは考えていません。妻も病院の先生も支えて  
くれていますから。治療に目を向けていこうとは思っていま  
す。

保健師： そうでしたか。いろいろお話くださってありがとうございます。

鈴木さんが本当によくやられてきていることがわかりまし  
た。

今日は、何かお手伝いできることがあれば、お力になりたい  
と思ってきました。もしよければ、これからのことを少し一  
緒に考えさせていただき、少しでもお役に立てればと思うの  
ですが…

鈴木： どうしたらいいんでしょうか？何か、いい方法があるんでし  
ょうか？。



保健師：そうですね。まず、今の身体のつらさについて、きちんとお伝えできていないようですから、先生にお伝えしてみるというのは、どうでしょうか？



栄養士さんがいる病院であれば、どのような食事をとったらよいかを主治医の先生と一緒に相談にのってくれることもあるようです。

また、息切れの方があるということも先生にお話しされることは、とても大事なことと思います。

主治医の先生も鈴木さんの治療をしていくうえで、詳しく日頃の病状を知りたいと考えておられると思いますので。



鈴木：そうですか。

保健師：はい。気持ちの辛さも身体と同じように相談に乗ってくださいますよ。



鈴木：そうなんですか。

保健師：はい、どうしても病気があると気持ちも辛いですよね。すでにお気持ちを和らげる治療があると説明されているようですし、お医者さんや看護師さんもよく理解して一緒に考えていただけるとと思います。

私の方から、病院の看護師さんにお伝えして、今度の受診の時に、相談に乗っていただけるようにいたしますか？



妻：（夫の顔を見ながら）そうしていただくと助かります。ねえ。

保健師：鈴木さんはいかがですか？

鈴木：できれば、お願いします。診察に入ると、もう少し頑張れるかなって思えて、つらいことが言い出せなくなるんです。

保健師：わかりました。では、今から、ご連絡しますね。

### （病院へ電話）

保健師：町の保健師の山田です。いつもお世話になっております。そちらに通院されている鈴木さんのことでご相談があってご連絡いたしました。





看護師：どうなさいましたか。

保健師：ただ今、鈴木さんのご様子を伺いに訪問させていただいたのですが、食欲が落ちて、食事もとれていないようなんです。そして、息切れが増えて、歩くのもやっとのようで、ご本人様はかなり辛そうなんです。



看護師：そうだったんですね。この前の診察の時は、大丈夫ですとお話しされていたのですが、お辛い状況だったんですね。

保健師：そのようです。診察の時は、もう少し頑張れるかなって思っ  
て、つらいことを伝えられていないようなんです。  
かなり我慢なさっているようで。最近は夜も眠れていないよ  
うなんです。今度の受診の時に、ご相談に乗っていただけ  
ればと思いました。



看護師：教えていただきありがとうございます。

先生にもお伝えし、ご相談できるようにいたします。鈴木さんには、つらいことは遠慮なくお話し  
くださってよいことを伝えていただければと思います。この前受診されたときに訪問看護のお話も  
出ていたのですが、食事の方も合わせて相談にのらせていただきたいと思います。こちらでも、で  
きる限りお力になりたいと思っておりますので。また、先生とも連絡を取り合いながら診させてい  
ただければと思っております。

保健師：ありがとうございます。医療費についても心配されていたようですので、一緒にご相談に乗って  
いただければと思います。

看護師：わかりました。

医療費については医療相談室のソーシャルワーカーに相談にのっていただく方向で考えさせていた  
だきたいと思います。

保健師：ご本人様やご家族のお話をお聞きして、病院受診の交通手段や自宅療養での介護保険の利用などお  
すすめしてはどうかと考えますが、いかがでしょうか。

看護師：そうですね。生活でも大変そうなのでそうしていただけますか。  
主治医の先生にもお伝えしておきたいと思います。

保健師：よろしく願いいたします。

### (鈴木さんの寝室)

保健師：病院の看護師さんに連絡いたしました。

今度の受診の時に、相談できるように先生にお伝えくださる  
そうです。そして、遠慮なくお話ししてくださいとのことでした。

鈴木：ありがとうございます。



保健師：医療費についても、医療相談室でソーシャルワーカーの方が相談に乗ってくださるとのことでしたので、お話しなさってみるとよいと思います。



妻：ありがとうございます。少しでも楽になってくれたら…

保健師：そうですね。丁寧に聞いていただけると思いますよ。

鈴木：そうですか。そうしようと思います。



保健師：他に、病院までの移動方法なんですが、たとえば主治医の先生と相談して、介護保険を申請すると、移送サービスなどのサービスが利用できるようになり、少し楽になる場合もあると思うのです。

そのあたりも相談してみませんか？

鈴木：介護保険…、まだそんな年齢じゃないし、この病気では介護保険なんて…



妻：そういえば、近所の人がそういうサービスを使って病院に行っているという話を聞いたことがあります。とても助かっているって。私たちも利用できるんですか？

保健師：大丈夫だと思います。介護保険については、包括支援センターが担当になっておりますので、今からでも少し話を聞いてみませんか？



妻：（夫の様子を見ながら）そうですね。お願いしたいと思います。

保健師：では、連絡を取ってみますね。

### （その後、包括支援センター職員が訪問）

職員：はじめまして。包括支援センターの佐藤です。鈴木さんのご様子については、保健師さんからお話を伺いました。

鈴木：わざわざありがとうございます。

職員：大丈夫ですか？もし、お辛いようでしたら、横になっていただければと思いますが。

鈴木：ありがとうございます。少しづつなくなってきましたので、横にならせていただきます。



職員：病院に行く時、車の運転が大変になってきたとお聞きしました。

65歳以上の方で、介護が必要な方は、介護保険のサービスを利用することができるのです。



妻：それでは、夫も対象となるんですか？

職員：はい。まずは、介護の程度を判断してもらう必要がありますが、介護や見守りが必要と判断されれば利用できます。主治医の先生に診断書を書いていただくことをお願いして、その上で手続きをしていただくことになります。そのあと、担当の方がお伺いして、現在の状況をみさせていただいて、介護の程度が判定されます。



妻：そうなんです。手続きを…。

職員：手続きが必要になるのですが、手続きについては私たちがお手伝いいたしますし、もし心配でしたら、調査の時にも同席することもできますので、安心してください。



妻：お手伝いしていただけるのです。それでしたら、お願いしたいと思います。

職員：わかりました。  
では、また改めて、手続きの書類をそろえて伺わせていただきたいと思います。よろしいでしょうか？



妻：よろしくお願いします。

保健師：今後も心配なことやつらいことがありましたら、どうしていけばよいか一緒に考えさせていただければと思っていますので、



時々訪問させていただいて、お話を伺わせていただいても大丈夫でしょうか？

妻：こちらこそ、よろしくお願いいたします。

保健師：鈴木さん、今日は長い時間ありがとうございました。  
今は無理せずに、十分休んでいくことが大切だと思います。  
調子が落ち着いてきたら、生活でできることがないか考えていきましょう。



鈴木：はい。わかりました。いろいろありがとうございました。少し、安心しました。

保健師：奥様も一緒に相談にのられていくとよいように思います。

妻：そのようにしていきたいと思います（安堵の表情）

