

精神科認定看護師実践報告

精神科認定看護師は全国のさまざまな施設で、質の高い看護実践に取り組んでいます。その現場での実践内容を紹介します。
*なお、倫理的配慮として個人が特定されないよう、事例には改変を加えています。

精神科認定看護師 JOURNAL

看看連携で思春期のころに向きあう

安定した信頼関係を築く 病棟からの申し送りをヒントに



私は現在、外来に勤務しています。Aさんは10代前半の男子で、解離性障害の診断を受けていました。抑うつ気分、不安などの症状があり、自傷行為や希死念慮が強まり、約1週間入院しました。退院時に担当看護師から、家庭環境が複雑で人への信頼感がもたれにくく自己肯定感が満たされていないこと、自分の気持ちを伝えるににくいなどの申し送りを受けました。そこで、Aさんが外来に来たときに生活状況を把握しながらAさんの話を聞いてねいに聴き、安定した信頼関係を築くことを大切にしたいかかわりを継続しようと考えました。

退院後の診察場面では、医師に自分の気持ちを話せず困惑したり、診察途

中で涙を流し言葉につまる姿が見られ、抑うつ気分や不安・緊張状態にあるのではないかと考えました。まずは病院が安全な場所だと感じてもらうために、診察前後に声をかけて近況を確認するなど積極的にかかわりました。また、医師への伝え方が難しい場面ではA氏の隣に座り、気持ちを伝えられるように補助しました。そして、診察後には話を聴く時間を設定し、関係性の構築に努めました。

「自分の気持ちを伝えても大丈夫だし、一人で抱え込まないで大丈夫だよ」と毎回くり返し伝えていくことで、Aさんは趣味の話や、自分の気持ちを他者に伝えることが苦手であること、母に甘えたい気持ちもあるが母親のパートナーのことが嫌いであること、児童相談所に一時保護されていたときは不満であったことなど、内面を語るようになりしました。はじめは下を向きながら小声で話していましたが、しだいに顔を上げるようになってきました。

外来スタッフで方針・情報を共有

スタッフには、継続した看護ができるように、対応の仕方やポイント伝え、行ったケアや対応の記録は電子カルテで共有しました。また、スタッフが「Aさんのつらい気持ちを聴くだけで、具体的な支援ができていないのではなか」という気持ちを抱えたときには、

Aさんが安心して気持ちを吐き出せることこそが大事であることを共有しました。今後も学校などと密に情報を共有しながらAさんの気持ちを代弁する役割を果たし、思春期にあるAさんを継続して支えていきたいと考えています。

外来でも継続した支援を実施することや、地域生活を送る患者さんに「あの病院に行けば、相談に乗ってもらえる」と安心感をもってもらえること、それができるのは外来看護師としての役割だと感じています。今後も精神科認定看護師として、新しい知見を深め、外来看護の質が向上できるように中心的な役割を担っていききたいと思います。

自分の看護に自信がもてず、児童思春期に興味があったため専門性や知識を深めたいと思い、精神科認定看護師の道をめざしました。



市川容代(いちかわ・ひろよ)
公益財団法人復康会沼津中央病院
精神科認定看護師(2009年登録)(静岡県)

精神科認定看護師を めざす方のための説明会

【日時】2023/5/30(火)
【開催方法】ライブ配信(Zoom)
【定員】80名
【費用】無料

【申込】manaable(マナブル)からお申し込みください。

*定員を超えた場合は同じ内容をオンデマンド配信する予定です。

「精神科認定看護師制度ガイドブック」など詳しい情報は、こちらをご確認ください。>>

