

## マスク越しの看護

うす暗い部屋に一人横になっている女性。窓は閉め切り、痛い痛い誰かに助けを求めようとして一人で訴え、重たい雰囲気と表現するしかない部屋。白血病を患い、腰の骨に転移して痛みが出現している高齢女性Aさんを受け持つことになった。入院前は一人暮らし。痛みを耐えながら一人で家事を行い、夜間のトイレでは痛みを耐えられず、腕の力で這ってトイレまで行っていったという。

「非言語コミュニケーションは重要です。マスクをした状態でのコミュニケーションは全体の表情が把握できず相手に与える情報が制限されるので困難になります。」これは私が記憶している一年生の時に受けた授業の一部。新型コロナウイルス感染症対策としてマスクをして実習をしないといけない状況で、痛みを訴え続けるAさんとのコミュニケーションに不安しかなかった。受け持ち期間は限られている。できることはないかと焦った。会話も弾まない。マスクがなければうまくいくのにと悔いた。視線も合わせてくれずウトウトしている患者に、ふと私は小声で口ずさんだ。

「そんな時代もあったねと、いつか話せる日が来るわ。」中島みゆきさん「時代」の一節。何気なく口ずさんだが、これが転機となった。Aさんは私が歌い終わるや否や驚いた顔でこちらを向き、同時に笑った。その後の会話は今までとはまるで違い、笑顔の会話が続いた。次の日から毎日、私が部屋に来ることを楽しみにしてくれた。好きな歌手について語り、一緒に歌も歌った。気付けば以前に比べて痛みを訴えることはなくなっていた。

あるとき「人との距離ってどう決まると思う？」と私に尋ねた。続けて「長い付き合い？マスクを外した素顔を知っていること？多分それもあるかも知れないね。でも一番大切なのは、楽しい、嬉しい気持ちを分かりあえたときに距離は縮まると思うんだよね。哀しいことも同じ。腰の痛みを自分のことのようにわかってくれてとても嬉しかったよ。」と。私は気付いた。関わる時間が短くても、マスクという「一枚の壁」があっても、同じ時間を過ごし、同じ話題で楽しみ、喜ぶ。そして相手の気持ちに気付いて共感することがコミュニケーションで何よりも大切に気付いた。実習最終日Aさんは最後に「あなたと一緒に歌えて、お話しできて本当に良かった。辛い入院生活がこんなに楽しくなると思わなかった。どんな強い薬よりもあなたといるときが一番痛くなかった。同じ時間を過ごしてくれてありがとう。」と涙を流し、私の手を強く握った。三年生の実習にして、看護として、人として大切なことを学んだ。この実習で感じたことを忘れずに、倦まず弛まず患者さんと関わっていくことを誓った。