

看護カウンセリング外来による療養支援
～多面的ニーズの充足を目指す取り組み～



2011.7.14 精神医学会 五稜会病院(札幌市)

伊藤文美・定裕美子・鈴木由美子・八木こずえ・中島公博

はじめに

年々増加する外来のうつ病患者は病態と絡み合った複雑な問題を抱え、苦悩や孤独感が募り、病状が悪化しやすい。

しかし・・・外来は満員・・・相談しきれず、受診後も帰らない・帰れない患者の姿・・・

療養相談の充実化のため看護カウンセリング外来を開設
2年を経て、新たな役割が果たしている機能を考察し、今後の展望につなげたい。

これまでは・・・

- ・臨床心理士(6名):個人予約式のカウンセリング。
- ・精神保健福祉士(6名):当事者・家族相談:
- ・外来Ns(3名)処置と診察補助担当、相談業務はなし

発想

気軽に悩みを相談できる**看護外来**を設けられれば、患者にとっても、治療チームにとっても利点があるのでは！

イメージしたのは・・・

深く専門的 ➡ **傾聴が主軸**のカウンセリング
看護師独自の生活に根ざした視点を提供
個別療法の場を広げる目的

看護カウンセリング外来 看護師の個別相談力を活かす

実施方法

看護カウンセリング外来 院内規定

精神看護における対人関係の理論と技法を駆使し、支持的関わりや傾聴ケアに基づく生活療養指導を通じ、健康回復や成長への支援を行う。

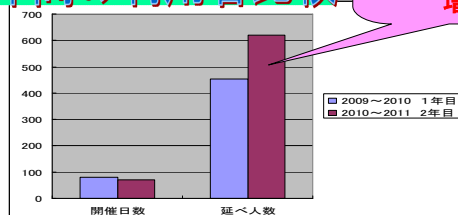
- ・院内看護カウンセラー認定を行う
専門看護師1名とストレスケア病棟のNs3名が担当
- ・開設:月6回(月曜と土曜) 1人40～50分前後
- ・方法:主治医の依頼(本人希望か主治医の勧め)

結果1 開設後の実績(2年間)

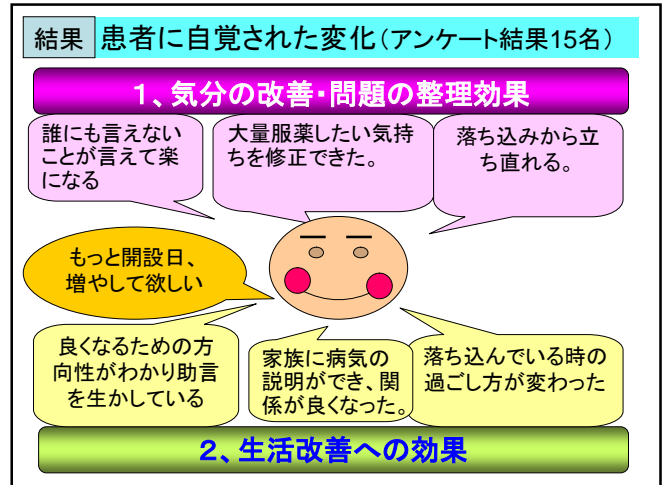
- ・利用者総数:約168名
- ・継続利用者数:55名(5回以上)
- ・うつ病圏8割、SC、その他1割

1日平均利用者数
約6名から9名に増加

2年間の利用者比較



結果	主な相談内容(継続ケース55名)
	1、親子関係、子育ての悩み 12名(30.7%) 2、仕事の悩み(倒産、休・復職) 6名(15.4%) 3、夫婦関係、離婚後の相談 5名(12.8%) 3、病状の不安や相談 5名(12.8%)
主な対応内容	
	<ul style="list-style-type: none"> ・感情的混乱の整理 ・対人関係相談 ・孤独感への関わり ・希死念慮への対応 ・休職・復職時の支援



回復事例	カウンセリング経過
<ul style="list-style-type: none"> ・20代の女性 Kさん ・診断名:反復性うつ病 ・大学4年で発病、就労が续かず再発を繰り返す ・入院歴1回 ・退院4ヶ月後より看護カウンセリングを施行 ・開始時の訴え:不調時の対処方法は頭ではわかっているがうまくいかずつらい。 ・不調時は起きれないなど身体抑制が強かった。 	開始直後: 「泣いていい場所ができて楽になれる」。
	開始3ヶ月: 「ストレスを吐き出せるからなんとかやっている」
	開始6ヶ月: 問題の外在化 用心深く怖がり、完璧主義 予想外の事に動揺、対処不能 強迫的に準備し、疲労する 神経質な自分が嫌、許せない 自己否定、無気力
	自立期: 不調になるパターンを理解し対処力が向上、8ヶ月後バイト生活確立・自ら離脱

結果	カウンセリング時期別の方法と効果	
	初期	中・後期
方法	傾聴・共感	助言・心理教育
効果	1、カタルシス 2、孤独感の低減 3、問題の整理	4、対処力の向上 5、病状安定 6、生活改善 7、対人関係・家族関係の改善
問題	依存性・要求度の増強 変化がみられない	
困難点	希死念慮の持続	

考察

- 1、相談ほとんどは当事者にとってストレスである悩みの相談であり、傾聴による気分改善・問題整理の効果が最も認識されていた。
 → **利害関係なく心に溜まったものを語れる場のニーズは多く、治療的意味があると考えられる。**
- 2、傾聴による効果が得られた後に心理教育に進めることで対処力の向上や生活改善が得られやすい。

まとめ

看護カウンセリング外来は利用ニーズが多く、病状の安定や生活改善機能を果たしている。

課題

- 1、虐待など深刻な背景を持つ場合に依存性の増強や希死念慮の持続が多い。“生きることを支える関わり”の工夫を重ねることが必要である
- 2、対応スキルの研鑽に努め、強みを生かした実践に育てていく事が今後の課題である。