

高齢透析患者との会話のポイント

室谷典義 白鳥 享 大森 聡 杉原裕基 田代紀子

JCHO 千葉病院

key words : 高齢透析患者, 生まれ故郷, 十二支, 雑学, 認知症

要 旨

2015年12月31日, わが国の透析患者数は324,986人と報告されている。この中で65歳以上の割合は65.1%である。透析患者は高齢化とともに認知症の割合も増加するとの報告もあり, 高齢透析患者との会話は重要な仕事の一つである。そのポイントは, ①相手のことを理解しようと努める, ②相手の領域に入っていく, ③会話を継続させるための努力(雑学は意外に役立つ), ④ひとりの長い人生を送ってきた先輩として接する, ⑤会話が成立してから本来の医療の話に進む, ⑥傾聴・承認・伝達・効果的な質問等, である。

1 はじめに

2015年10月1日におけるわが国の人口は1億2,711万人であり, 2010年と比べて約100万人減少している。しかしながら65歳以上の人口割合は26.7%と世界一であり, 第2位のイタリアが21.3%, 第3位のドイツが20.8%であることを考えると断トツの1位である¹⁾。2015年12月31日現在のわが国の透析患者数は324,986人とまだまだ増加している。この透析患者の中で65歳以上の割合は65.1%ととんでもない数字になっている²⁾。透析患者は高齢化とともに認知症の割合も増加するとの報告³⁾もあり, 高齢透析患者との会話は重要な仕事の一つである。

先日のことである。79歳女性が左上肢静脈高血圧

症にて近県から紹介入院となった。鎖骨下静脈から腕頭静脈にかけての閉塞であり, 左肘部の内シャント閉鎖術が必要となった。以下患者さんとの会話である。

筆者(以下筆): ○○さんこんにちは, 腕がこんなに腫れちゃって大変だね, 今日はこの腕の腫れを治す手術をしましょうね

患者(以下患): 勝手にすれば

筆: ……? 今日は遠くから来て, 大変でしたね

患: さあね

筆: 電車で来ましたか? それとも車?

患: さあどうだったかねえ

筆: 今はどこに住んでるの?

患: 潮来

筆: 潮来のどこ, 住所は?

患: さあねえ, なんてところかねえ

筆: ところで○○さんはどこの出身?

患: あたしゃねえ久留米の出身だよ

筆: 久留米はいいところだよねえ, 博多から西鉄で行くの?

患: 何で知ってるの?

筆: 2回ほど行ったことがあるよ

患: 久留米はいいとこたい, 久留米餅もいいし, 筑後川もいいしねえ

筆: そうだねえ, 関東じゃ見たことのないような魚が魚屋さんに並んでびっくりしたよ

患：久留米良いとこー……（と久留米民謡を歌い始めた）

筆：いい声してるねえ

患：そんなことはないよ（その後も暫く久留米の話で盛り上がった）

筆：ハイ、手術は終わりましたよ。明日には手の腫れは取れるからね

患：有難うございました

翌日この患者の認知症の検査を長谷川式認知症スケールにて行ったところ9点であった。

またある時には、なかなか会話の通じない高齢者がいた。

筆：ところで〇〇さんは何年生まれ？（と質問したところ）

患：昭和5年生まれ（と返ってきた）

筆：昭和5年生まれはウマ年だね？

患：どうしてわかるの？

筆：何年生まれが何の十二支かはほとんど頭に入っているんですよ。ところで〇〇さん、ウマ年のウマはどんな字を書きますかね？

患：なんか牛に似たような字かねえ？

筆：そうなんです。うしの角が取れた字ですよ。十二支は方角と時刻を表すんですよ。午の刻とは、午前11時から午後1時のことです。正午とはまさに午の時刻のことで昼の12時ですよ。またウマより前の時間のことを午前と言ってウマの前と書きますよね？ ウマより後の時間は午後ですよ？

患：そうだったんですね

筆：うまいこと言うでしょ……

と会話は続きます。

我われは日々の診療の中で、世代や年齢の異なる患者と会話をしなければ診療が成り立たない。特に認知症を有する患者との「会話をどうするか」は大変難しい課題である。筆者の拙い診療経験の中での工夫を皆さんに伝えさせていただき、多少とも役に立てば幸甚である。

世代の異なる患者との共通話題をいかにして引き出すかということがポイントになる。患者にとって、生まれ故郷のことや自分の生まれた年の十二支は憶えているものだ。このあたりをきっかけにして次の会話に進んでいくことが大事となる。患者の故郷の話で盛り上がるためには、全国の都道府県の特徴・山・川・平野・主要都市・名産品等の雑学が必要で、特に北海道では、支庁のことが意外に大事である。札幌は石狩支庁であるとか、胆振支庁はどこにあるとか、シリベシ支庁はどんな字を書くのかとか……。日本の47都道府県の中から代表として、北海道・福井県・鹿児島県を選んで説明する。

2 生まれ故郷の話

まずは北海道の話から始める（図1）。高齢者には支庁がよくわかりませんが、平成23年からは振興局・総合振興局に変わった。札幌に出張し、朝のテレビの天気予報を見ていると、「石狩地方では……、空知地方では……、十勝地方では……」等というようなことが当たり前のように出てくる。生まれ育った人達には当たり前の表現なのだが、知らない人間にとってはな

渡島総合振興局 }
 檜山振興局 }
 胆振総合振興局 }
 日高振興局 }
 後志総合振興局 }
 空知総合振興局 }
 石狩振興局 }
 十勝総合振興局 }
 上川総合振興局 }
 留萌振興局 }
 釧路総合振興局 }
 根室振興局 }
 オホーツク総合振興局 }
 宗谷総合振興局 }



図1 北海道

嶺北
嶺南
奥越

丹生（にゅう）山地

福井
坂井
鯖江
敦賀
小浜
勝山
大野

九頭竜川



図2 福井県

大隅半島
薩摩半島
桜島
佐多岬
長崎鼻
開聞岳
野間岬
鹿屋
川内川
霧島山
韓国岳
吹上浜
屋久島
宮之浦岳
種子島
奄美大島



図3 鹿児島県

かなかわかりにくいものである。図1にある野寒布（ノシャップ）岬，納沙布（ノサップ）岬はどの位置にあるのか調べてみてほしい。

次に福井県の話に移る。福井県は、嶺北・嶺南・奥越と三つの地域に分かれている（図2）。嶺北と嶺南を分けるのは丹生（にゅう）山地で、九頭竜川の中・上流域の勝山市・大野市が奥越地方の中心になる。福井県の朝の天気予報では「嶺北地方は……，嶺南地方では……，奥越地方では……」とやっている。また鯖江といえば眼鏡の街で、眼鏡フレームのわが国におけるシェアは80%といわれている。

鹿児島県の話に移ると、鹿児島県は北から南まで600 kmと長い。図3のように、九州本土部分は左右の大きな半島から成り立っていて、西側が薩摩半島，東側が大隅半島になる。薩摩半島の南端は長崎鼻，その西側には開聞岳（海拔924 m：コントロイデ型火

山）がそびえ、池田湖・鰻池の火山湖がある。西の端は野間岬があり、その南東側には鑑真和上が上陸した坊津がある。大隅半島の中央には鹿屋市があり、南端は佐多岬（佐田岬は愛媛県）になる。また北には霧島山（海拔1,574 m）・韓国岳（からくにだけ：海拔1,700 m）が宮崎県と接している。島を見てみると、屋久島・種子島・奄美大島と大きな島があり、屋久島には九州最高峰の宮之浦岳（海拔1,936 m）が聳えている。

閑話休題，地名にはいろんな漢字が当てられている。「みよし」と聞いたときに、皆さんはどんな文字を思い浮かべるだろうか？ 出身地によって異なる字を思い浮かべると思う。座長の頼岡先生は「三次」を想像するだろうし、徳島県の人には「三好」を、埼玉県・千葉県の人には「三芳」を、また愛知県の人には「みよしと三好」が頭に浮かぶと思われる。

「安芸」をなんと読むかで出身地が想像できる。座長の頼岡先生は「あき」と読み、世界遺産の「あきの宮島」は有名である。ところが場所が変わって三重県になると「あげい」と読む。これは「安濃：あんのう」と「芸濃：げいのう」を合わせてこのように読むようだ。しかしながら広島県でも「芸北：げいほく」とも読む。

3 十二支の話

次に十二支の話に移ると、十二支はほとんどの高齢者は認識している。しかしながら、十二支と干支は異なるものである。干支は、十干（じっかん）（図4）と十二支を組み合わせた60を周期とする数詞（10と12の最小公倍数は60）。60年でひとマワリすること

干支は、十干* (じっかん) と十二支を組み合わせた 60 を周期とする数詞 (10 と 12 の最小公倍数は 60 です)。60 年でひとマワリ (還暦)

古稀・喜寿・傘寿・米寿・卒寿・白寿

* 十干は ^{きのえ}甲・^{きのと}乙・^{ひのえ}丙・^{ひのと}丁・^{つちのえ}戊・^{つちのと}己・^{かのえ}庚・^{かのと}辛・^{みずのえ}壬・^{みずのと}癸 の 10 種類からなる

図 4 干支 (えと)

聞く (hear) : 自然と音声が入ってくる
 聴く (listen) : 意識的に注意して聴く

- ◆言葉に込められた思いを、相手の苦悩や気がかりにフォーカスを当て、否定せず最後まで聴く (うなづき、あいづち)
- ◆相手の考えや気持ちの表現された言葉をそのまま繰り返し (繰り返しのスキル) 評価せずわかる
- ◆人は同意されなくても、気持ちをわかってもらえたことで安心し、未来へ目を向け自ら答えを出す

※答えは相手の中にある!

図 5 傾聴の技術
(内田明子氏のスライドより)

になる。ですから 60 歳が還暦となる。古稀は古代まれなりの 70 歳、喜寿は「喜」の略字から 77 歳、傘寿は「傘」の略字から 80 歳、米寿は皆さんよくご存じのとおり、卒寿は「卒」の略字から 90 歳、白寿は「百引く一」で 99 歳となる。小生の住んでいる千葉県では、「九十九里町」と「白里町」があるが、まったく同じ意味だそうだ。

高齢者に十二支を尋ねるとほとんどの患者は答えられる。その時、こちらは「何年生まれはどの十二支になるか」を知っている必要がある。また、十二支に関する雑学が大切となる。十二支は時刻を表し、方角も表す。例えば、丑三つ時、午前、午後、正午 辰巳パーキング、戌亥の風、丑寅の方角、のように使う。

4 高齢透析患者との会話のポイント

高齢者透析患者との会話のポイントをまとめると

- ① いかに相手の話を聴くか (傾聴の技術)
- ② いかに相手の話を承認するか (承認の技術)
- ③ いかに相手に伝えるか (素直に伝える技術)
- ④ いかに質問するか (質問する技術)
- ⑤ 効果的な質問とは (効果的な質問)

が大切になる。これら①～⑤をそれぞれ図 5～9 にまとめた。

結局のところ、患者に対してこちらが「あなたに対して興味を持っている」というメッセージが会話の第一歩になると考える。このキッカケができれば、ついで病気の話や、家庭環境、住居環境、今後の治療計画等についても話が進められると思う。また患者の以前の仕事や趣味も会話のキッカケになりやすいと考える。つまるところは「人間学」が大事なのか、と思う昨今である。

- ◆相手を価値ある人だと認める
- ◆相手の存在を認める
- ◆相手の変化や成長に気づく
- ◆相手の実践とその成果を認める

※「あなたに高い関心を寄せている」
 ※承認することが相手の安心感や意欲や自信につながり (自己概念, 自己効力感) 相手との信頼関係を強くする

言語化して相手に伝える

図 6 承認の技術
(内田明子氏のスライドより)

- ◆ You メッセージ: 相手が主語 あなたは……
「あなたは、いつもがんばっていますね」
- ◆ I メッセージ: 自分が主語 私は……
「私はいつもあなたのがんばりに感心しています」
- ◆ We メッセージ: 私たちが主語 私たちは……
「私たちは、あなたのがんばりを誇りに思っていますよ」

図 7 相手に素直に伝える技術
(内田明子氏のスライドより)

◆「なぜ?」「なんで?」「どうして?」は要注意!
 理由を尋ねる質問は、本当に理由を聞いているのではなく否定や禁止の意図で使われる

なぜあなたは飲み物の我慢ができなかったの?

↓

飲み物の我慢ができない原因は何か? これからどのようにしたらできるかな?

Why : 人 過去

↓

What : 物 How : 未来

図 8 質問する技術
(内田明子氏のスライドより)

どうしてやりたくないの？ (Why?)
 ⇒やるために必要なことは何？ (What?)
 何でうまくいかなかった？ (Why?)
 ⇒次はどうすればうまく行く？ (How?)
 何がはっきりしないの？ (Why? と What?)
 ⇒はっきりしていることは何？ (What?)
 なぜできないの？ (Why?)
 ⇒まず、何が出来る？ (What?)

※拡大質問・肯定質問・未来質問

図9 効果的な質問
 (内田明子氏のスライドより)

- ①相手のことを理解しようと努める
- ②相手の領域に入って行く
- ③会話を継続させるための努力 (雑学は意外に役立つ)
- ④ひとりの長い人生を送ってきた先輩として接する
- ⑤会話が成立してから本来の医療の話に進む
- ⑥傾聴・承認・伝達・効果的な質問等

図10 高齢者透析患者との会話のポイント

5 まとめ

これらをまとめると図10に示すようなことが大事となる。

- ① 相手のことを理解しようと努める
- ② 相手の領域に入って行く
- ③ 会話を継続させるための努力 (雑学は意外に役立つ)
- ④ ひとりの長い人生を送ってきた先輩として接する
- ⑤ 会話が成立してから本来の医療の話に進む

⑥ 傾聴・承認・伝達・効果的な質問等

是非とも明日からの診療に生かしていただければ幸いである。

文 献

- 1) 厚生労働統計協会：国民衛生の動向 2016/2017, 2016: 49-56.
- 2) 日本透析医学会統計調査委員会：図説 わが国の慢性透析療法の現況—2015年12月31日現在, 2016.
- 3) 日本透析医学会統計調査委員会：図説 わが国の慢性透析療法の現況—2010年12月31日現在, 2011: 32.