



Vol.15

第15回のテーマはこちら

## 「Not doing , but being」

### ～緩和ケアの真髄～

「Not doing , but being」という言葉をご存知でしょうか。

この言葉は“近代ホスピスの母”とも言われるシシリー・ソンドースの言葉です。

言葉を直訳すると「何もすることはできない、でもそばにいることはできる」となります。

早期からの緩和ケアという考え方が少しずつ世に広まり始めていますが

それでもやはり緩和ケアの役割の多くは終末期であることがほとんどです。

全人的苦痛という考え方や多職種連携、医療の発展などにより多くの苦痛を緩和することができるようになってはきましたが、それでもやはりどうにもならない苦痛というものは残念ながら存在します。

そんなどうにもならない苦痛を抱える患者・家族を前に我々医療者は何ができるのか。

この言葉は、そんな難問に対するひとつの答えを示してくれています。

「doing」というのは医療者が行う行為のすべてを指します。

積極的治療や対症療法などの“Cure”はもちろん非薬物療法などの“Care”も含まれます。

Cure も Care もできなくなってきた医療者に残されているもの。それが「being」です。

医療者として何もできなくても、ただそばにいること。この意味をどう考えるでしょうか。

「そばにいること」というのは同じ時間、同じ空間を共有させてもらうことです。

たとえ言葉を交わさずとも、ただそばにいることが患者・家族、時には医療者自身の救いになることがあります。例えば家族と過ごす日常などを思い出してみると何となくイメージできるのではないのでしょうか。

安心できる人たちと過ごす時間というのは、ともに過ごす時間そのものが苦痛を遠ざけ、

心の安寧をもたらします。

つまり「doing」ができなくても「being」によって緩和できる苦痛もあるということです。

もちろんその大前提として、その時までには十分な信頼関係を築いておくことが必要不可欠です。

少しずつ関係を築くことで、知識や技術を超越した「あなたがいるから穏やかに過ごせる」といった

患者・家族にとっての本当の意味での援助者になることができれば

医療者としてそれほど嬉しいことはないですよ。というお話でした。