

海外研修便り②

2016年6月20日

西下病棟 看護師 松井智康

こんにちは。ワシントン DC はすっかり夏の陽気になり、日中は 30 度を超えるほどであります。緯度が高いため日没がとても遅く、21 時近くまで明るい日が続いています。

NIH での研修も 1 ヶ月を切りました。最近ではラボの長を務めておられます Vijay 先生の研究を見学させていただきながら、病棟プログラムへの参加を繰り返すことで学びを深めております。



研究で使用する Bar のセット



お世話になっている先生のオフィス

アルコール使用障害の治療薬としてアメリカでは「ナルトレキソン」が一般的です。こちらはアカンプロセートと同様に再飲酒を予防するものですが、絶対的な効果を保証するものではありません。したがって、「内服+α」が治療に不可欠であることを医師は繰り返し患者様へ説明します。一方研究では未承認薬である「ナルメフェン」の効果について様々な視点から検証しています。こちらはナルトレキソンと非常に良く似た化学式のアルコール使用障害治療薬です。

入院している患者様の多くに共通した意見がありました。「孤独」を最も恐れます。HALT の法則にもあるように孤独は再飲酒のトリガーです。治療者は言いました。「今この場にいるみなさんが大きなつながりでもあります。AA もそうです。考えが塞ぎがちになってしまうのは誰も良くあることですが、あなた達は既に孤独ではないのです。これからも。そのことを忘れないでください。」

AAへ治療をしに行くのではなく、単純にコミュニティの場として楽しんでほしいという言葉はその場にいた患者様の心を開いたように見えました。

患者様はほぼ毎日異なるAAへ参加し、自分に合う場所を探しつつ人脈を広げています。

AAやデイホスピタルでは退院された患者様とお会いすることができました。皆さんの表情が入院時に比べて段違いに明るくなっており、世間話などを交えながら「すべての調子がいいよ。」と話してくださいます。入院当初「知らない人の前で話すのはちょっと・・・」と躊躇っていた患者様も現在は、同じ時期に入院していた仲間と連絡を取り合いAAで、愚痴を言い合ったりするそうです。考え方をほんの少しだけ変えるだけで、社会資源の利用が苦痛でなくなり断酒の安定につながるのではないかと考えます。



ホール（食事や交流などの場）

このような素晴らしい研修に参加できた私はとても幸せです。アルコール使用障害は回復する病気であることを再認識できました。帰国後はスタッフの皆様へ研修で得た経験を伝え、患者様に寄り添う看護を実践したいと思います。

院長樋口先生をはじめスタッフの皆様をサポートに深く感謝いたします。

残り1ヶ月、さらなる学びを深め、アメリカを満喫したいと考えております。



患者様の病室