

戸惑う患者から 賢い患者になるための道案内



番外編：受診成功法

⑧待つこと、信じること、ほめること 苦手をプラスの経験に!

佐久大学・看護学部 看護学科 教授 橋本佳美さん

今回は、受診が極端に苦手なお子様の受診成功法について具体的に考えてみたいと思います。

【受診や処置に対する子どもや家族思い】

変化が苦手な発達障害のお子様や、極端に刺激に過敏なお子様の場合、ご家族は、受診前から大変な思いをしたくないという気持ちになって、結果的に子どもに説明せずに受診することがあります。しかし、説明もなく突然病院に連れてこられたり、採血や注射をされたりした子どもの心の痛手は大きいものです。この時の子どもの気持ちを考えてみましょう。

中身が見えない箱の上に穴が開いていて、そこから手を入れて中に何が入っているのかを当てるゲームがあります。もし、自分がそのゲームに参加して、箱の中に手を入れなければならないとしたら、どんな気持ちになりますか？中身が蛇だったら、ミズだったら、鉛筆かもしれないけれど…。ドキドキしますね。これが前回のお子様の受診についてのとこでお話した「先の見通しが持てる」説明が必要な理由です。また、苦手の克服には少し工夫が必要です。

【苦手を克服するためのこつ】

- ①場所や人や物に慣れること：私は障害者の施設に勤務したことがあります。そこには、発達に障害をもつ子どもたちがたくさん通っていました。子どもたちは、場所やスタッフに慣れると、自分でそれなりの楽しみを見つけ出して、徐々に泣かずに診察や検査を受けることができるようになっていきました。この「慣れる」ということが一つの苦手克服の条件です。少々時間がかかります。
- ②説明する方法：発達に障害をもつ子どもたちは、「聞く」ことより、「見る」ことの方が得意です。このことは、幼児期や小学校低学年くらいまでの子どもたちも同じです。これから何をするのか、診察や検査の手順を絵や文字、人形で具体的に示しながら説明すると、ちょっと安心できます。

③「こうすればいい」という提案をする：子どもを元気付けるには、「一緒に居るからね」「こわかったら手をぎゅっと握ってもいいよ」、「泣いたっていいよ」という提案が有効です。

④診察や検査が終わったら：即座に「頑張ったね」「すごいね」と声をかけたり、抱きしめたりすると、勇気100倍で次にも頑張れる自信がついてきます。準備しても決意してもすぐに「こわい」「嫌だ」という気持ちから逃れることは難しいかもしれません。泣いたり、逃げ出そうとしている時は、子どもも自分の「こわい」「嫌だ」という気持ちと戦っているのです。子どもの力を信じて待ちましょう。子どもには新しいことに挑戦し、困難を乗り越えようとする心の力があります。今すぐできなくてもいつかできる「子どもの力」を信じるおとなの気持ちが大切ではないでしょうか？

【受診の前に】

待つことがとても苦手なお子様の場合、受診時に待ち時間をできるだけ少なくするために、受診前に今までの既往歴や苦手なこと、好きなこと、現在の健康状態などの情報をあらかじめファックスでクリニックに送り、待ち時間を少なくすることもできます。受診先の医師や看護師と相談してください。

【受診をプラスの経験に】

何か一つでもできることが増えるのは、子どもにとってもご家族にとっても嬉しいことです。先日、外来にいらしたお子様は、病院のトイレが苦手なことで受診が嫌いだったそうですが、トイレにお気に入りのキャラクターを連れて入り、足台を用意することで一人でおしっこができました。付き添ってこられたお母様や看護師、医師にそのことをほめられて、診察も上手にでき、とても誇らしげに帰りました。受診の経験も成功すると子どもの自信になり、さらに他のことができる力を引き出します。