

リハビリテーションの本質と課題

— リハを受ける当事者の視点から —

頸椎損傷不全麻痺者 山添 清

はじめに

従来からリハビリテーションは療法士が主導的で患者は受動的であった。患者の日常生活行為や精神面にかかわる職種でありながら、その療法は患者の意思や必要に沿ったものではなく、通り一遍の機能訓練で対応してきた側面があるのではないかと。患者もまたリハビリを受けさえすれば機能回復すると期待し、自助努力を怠ってきたように思われる。しかし、現在は介護保険や障害者総合支援法などの制度において、施設や在宅での療養や生活を促進し、地域で連携して支えあうという方向に進んでいる。実際、地域包括ケアシステムや生活行為向上マネージメントなどが施策運営されるようになってきた。そういった状況のなかで、リハビリテーションを改めて問い直す必要があるのではないだろうか。

リハビリテーションの本質

リハビリテーションの本質は、患者の「生きる」を支援すると言われている。この「生きる」を支援するとは何か。病気やケガの後遺症により不便で不自由な環境にあっても、身体機能訓練や作業を通してその人らしい个性的で、充実した生活を再獲得するのを支援する、ということだろう。しかし、ここで最も重要で留意すべきことは、単に「現在の生きる」を支援するだけではなく、その先の「将来」を予想した訓練や作業による支援だろう。その支援によって得られる『機能喪失から希望を生み出す心の再生』こそがリハビリテーションの本質ではないだろうか。

患者の「生きる」を支援するために必要なこと

1: 患者の「人間」と「人生」を知るための社会的見識

リハビリテーションという言葉は、高齢化社会になって医療や福祉がマスコミで取り上げられることが多くなったことで世間に広く認知されるようになったが、その内容や携わるセラピストに関しての一般の知名度は低く、当事者となって初めてその存在と内容を知るようになる。とはいえ、大多数の患者は、厳しい社会を生きて多様な人生経験と価値観をもっている。今後、団塊といわれる世代が後期高齢者となってリハビリを受けるようになると、リハビリに対する受け止め方や向き合い方もこれまでとは違った側面が見られるようになるかもしれない。

そのような患者を相手にし、その「生きる」を支援するためには何が必要だろうか。そのためにはまず、患者が過ごした社会的時代背景と、それによって形成された個性や生活様態、社会的経歴を知り、衣食住を始めとする暮らしの話題から時事問題まで、患者の興味や関心を知ることだ。そのなかから患者の「人間」と「人生」を学び取り、リハビリテーションのプログラムと方向性を見極める。そのためには豊かなコミュニケーション力の研鑽が欠かせない。

コミュニケーションには「会話」と「対話」の2種類あるといわれている。会話は同じ価値観の人が繰り返すおしゃべりで、対話は立場が異なる同士が意見を摺り合わせ相互理解に持っていくことをいう。

リハビリテーションにおけるコミュニケーションは対話によって患者の意向とセラピストの持つ患者の後遺障害の程度や回復限度を勘案した意見を摺り合わせて、お互いに了承したリハビリテーションプログラムに沿ったリハを行うための重要な手段である。このセラピストと患者の方向性と目的が合致しなければ、患者のリハに対する主体的・積極的取り組みに結びつかず、漠然とした他力本願的なリハビリテーションになってしまう。

2:リハビリテーションはサービス業

医療制度によって内容や報酬が決められているリハビリテーションを市場経済に当てはめるには無理があるかもしれないが、市場経済のなかで長年社会生活をしてきた大多数の患者はその視点で医療全般をみることもある。

一般企業は、市場経済のなかで自社商品やサービスを売らんがために熾烈な競争を繰り広げている。その最前線にいる営業職の商談交渉のプロセスは、まずクライアントを知ることから始まる。クライアントの姿を見、希望していること必要としていることを知って、その立場と意にそった戦略を立て、ほどよい人間関係を築きながら職務を遂行する。その結果として、それを利用することの便利さや豊かさでクライアントの生活の向上に寄与する。これが企業の理念とサービスの本質である。

理学療法や作業療法といったリハビリテーションは一般的な業種に置き換えるとサービス業になります。

販売するのは『機能回復と生きるを支援する技術と思いやり』で、顧客(患者)が満足する対価に見合うサービス(実際は制度により規定された報酬制で、市場経済を当てはめるのは無理があるかもしれないが、患者がサービスを受ける消費者という視点では市場経済の意識は必要)を提供するということでしょう。医療者にはこうした視点と感性が欠落しているように思われる。

患者に満足してもらうためには、やはり患者のことを知ることから始まります。患者の姿を見、なにを希望し、なにを必要としているかを探り取り、ほどよい人間関係を築きながら、どういったリハビリテーション支援が必要かといった戦略を立て、患者の心に寄り添いながら、将来に繋がる機能訓練や作業を遂行する。したがって、臨床におけるリハビリテーションでは知識や技術だけではなく、理想がなければならない。セラピストとしてのリハビリテーションの知識や技術を基盤に患者の心理を汲み取り、個性に応じて心身の再生を図る。現在だけではなく将来の「生きる」を想像する力を養って対応する必要がある。機能回復といった目に見える成果のみを重視するのではなく、患者の将来を想像して対応することが重要だ。つまり、リハビリテーションは患者の主体性のある自己再生のための手段であって、目的ではないことを肝に銘じていなければならない。同時に、患者が人間である以上、心情は常に変化するという臨床心理学的考察も認識していなければならない。こういった積極的な経験と事例の積み重ねで、患者の心に寄り添った機能訓練と作業の提案が可能となる。

ビジョンを持ったリハビリテーションの実践

1:リハビリテーションのテーマを決める際の留意点。

リハビリテーションのテーマを決める際に最も重要なことは、患者が要望かつ必要とする日常生活行為はなにかを聞き取り、通り一遍の訓練や作業を強要しないことだ。通り一遍の訓練や作業は機能向上の側面はあっても、ほとんどの場合、患者の意にそぐわず興味もわかず、精神的にプラスに作用することはまずない。なぜなら、そこには患者の主体的回復意欲との共通性がないからである。これらを考慮したうえで患者の希望あるいは必要とするリハビリテーションテーマが決定した際は、まずそのテーマに共感し、テーマの『共通体験』を通して、問題点の把握やその対応策と一緒に講じていく必要がある。そして、この「共通体験」を通して得られた問題点や解決策が事例として蓄積され、臨床における他の患者に応用できるようになっていく。

2:「共通体験」が未来を拓く

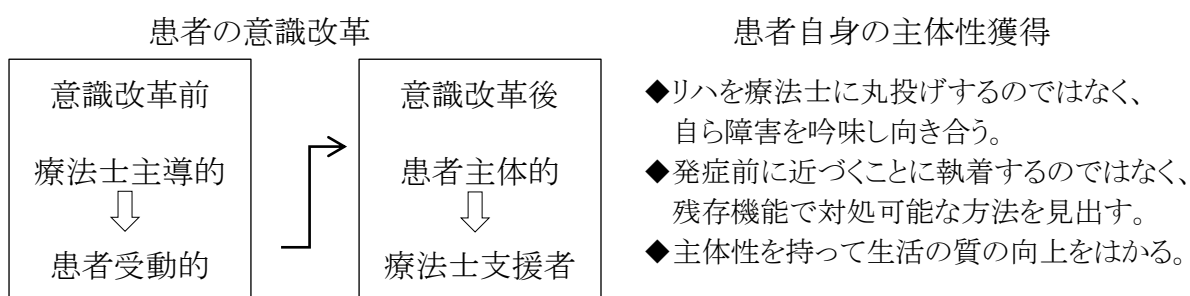
患者の希望や必要にそった「共通体験」によって得られたノウハウや達成感は、患者のその先の主体的な作業への大きな原動力となって日常生活のなかで応用され、さらなる対処可能な方法を見出し、生活の質の向上へと繋がる。そういった繰り返しの主体的作業によってしだいに広がってゆく間口は、生活の範囲にとどまらず、人生の枠へと大きく進展していきます。こうして、障害を受容するために一度は断ち切った過去が、再び一つの人生として繋がり、患者自身の identity として認識されるようになる。

そのためには、患者の最終的な状態になるであろう在宅における生活に思いを馳せ、日々の生活への応用力(ADL)はもちろん、生活の質(QOL)向上へのビジョンを思い描いた支援が必要となる。

患者の教育と意識改革の啓蒙

患者は、その後遺症によって生きる意欲さえ失せるほど絶望したにもかかわらず、その原因となった病気のことや機能不全に陥った身体についてほとんど知識がない。したがって、残った身体機能で何ができるかなんて見当もつかず、行動を起こす意欲も起こらない。

こういったことから、患者の意向に沿った「共通体験」は大変重要になる。この「共通体験」により体得した残存機能の程度や適応力を実感として知ると同時に、完璧ではなくても不可能と思っていた作業の達成感によって、それまでリハビリを療法士に丸投げして、受動的で発症前の状態に近づくことだけに執着した状態から、残存機能で対処可能な方法を見出す能動的で主体的な姿勢へと変わるようになります。こういった患者の意識改革もリハビリテーションの大きな役割なのではないだろうか。



生活を共にする家族の啓蒙

患者と同様、その患者を介護する家族等の啓蒙も重要になります。介護者も患者の残存機能や生活対応能力についての知識不足で、患者との向き合い方に苦慮していることもあります。

たまに外来リハで患者に付き添ってきた家族が、リハ時に同席しているのを見かけますが、付き添い者がいる場合は極力同席していただき、患者の残存機能や日常生活に対応する方法を伝授することも重要なことだと思っています。なにより、日常生活において最も長い時間生活を共にする家族の理解がなければ、ADL 対応や QOL 向上に結び付きません。

最後に

以上のような意識と向上心をもって患者に向き合い、患者の目線に立った支援で、生活の質の向上と精神の充実に参加することが、リハビリテーションの本質ではないだろうか。、障害を負っていても、そういったセラピストの支援によって身の回りの様々な問題に立ち向かい、解決に向けて障害他者とも交流しながら、状況に応じて最適な解決方法を探り出す力を持つことで、主体的で積極的な生活態度に移行でき、健常時とは違った人生の充実をはかることができるようになります。こうして障害が負の資質ではないことを認識できるようになり、健常時とは違った幸福を獲得することも出来るようになります。