

## 療養空間のつくり方

看護学科 徳本弘子

療養は、けがや病気の急性期の患者さん、ある程度病状が安定している慢性期の患者さん、リハビリなどが必要な患者さんが、治療したり、日常生活動作（ADL：Activities of Daily Living）を再度身につけたりする、身心を回復させることです。この療養の場、空間の多くは病院等の施設です。現在、入院期間も短くなり、慢性期の方は家庭で療養される方が多くなっています。が、ここでは施設、特に急性期に入院する病院の療養空間についてと療養空間における看護師の仕事について説明いたします。

### 病院の療養空間と看護師

看護において病床空間は、まさにそこで療養する人に良くも悪くも影響する最大のものととらえています。ですので、看護師は病床の患者さんを日々観察し、回復を妨げる要因を取り除くこと、つまり患者さんが1日でも早く回復できるよう環境を整えることを大きな役割としています。看護師は、人間に備わった治る力（自然治癒力）を最大限に発揮できるように支援します。その支援とは、体の中の臓器や機能が治療によってどのような影響が出るのかといった身体内部（内部環境）を読み取って、治療にあたる人々にとって病床空間（外部環境）からその人の回復を遅らせる刺激を最小にして、回復する力（自然治癒力）を発揮させたり、引き出したりする方法を考えて行動しているのです。この療養の場では患者に危害を与えない、生命維持を高める空間づくりが重要になります。この患者に危害を与えない病棟管理を最初に論じたのはナイチンゲールです。フローレンス・ナイチンゲールは、入院環境を合理的に作る必要性を、統計学を用いて証明し、どうしたら患者さんの居住環境を適切に保てるか、彼女の言う「患者さんを傷つけ（消耗させ）ないで」、患者さんの持っている治癒力を生かして病気を治すことができるかを説明し、その理想を追求した病院の設計までしました<sup>1)</sup>。現在、病床環境については厚生労働省の医療法（設置基準）<sup>2)</sup>で決められており、現在の病院は認可が必要です。詳しくは厚生労働省ホームページ医療法をご覧ください。その中で患者の安全を守る空間をどのように管理しているか、患者の回復する力をどのように支援しているかを説明します。

### 患者の安全を守る空間（空気の質について）

療養環境で患者にとって一番大切なのは空気です。空気は、意識するしないにかかわらず、誰でも1日およそ20,000リットルの空気を吸っています。この空気の中には目に見えない埃があります。空気中の埃の量、浮遊粉塵濃度の基準値は、1立方メートルあたり、0.15mg以下です。1立方メートルあたりの埃の数から考えますと、1日に1.6mg、およそ16,000

個の埃を吸っているという計算になります。病院という環境では多くの人が行き来して埃や塵を落としたり巻き上げたりします。この塵や埃は免疫（回復する力）が弱った患者さんの感染の原因になるのです。毎朝看護師が患者さんの状況を確認しながらベッドの周りを「清掃」し塵や埃を取り除いているのも患者さんを感染から守るための空間づくりなのです。

最近新築・全面改築された、病床の空間が広がったと思いませんか？これは病床の基準が患者1人当たり6.4平方メートル以上に引き上げられた結果なのです<sup>3)</sup>。この病床の広さは隣との患者さんの距離が広がったことを意味します。隣とのベッドと1.5メートル以上離れていることは、プライバシーを守る空間であると同時に、この寸法は隣接病床患者からの飛沫感染を避けるための最低必要寸法であり、医療者が治療や看護に必要なベッド周りの基本的作業に必要な寸法でもあります。作業空間が狭いと他の患者さんの感染物（血液や体液等）が看護師やカーテンに触れることになり、看護師を介して、多くの患者さんに運ばれることになるのです。ですからベッド間隔は感染を防ぐ距離でもあるのです。

では埃をためない、菌ウイルスを停滞させないために窓を開けて換気すればいいのではと思いませんか？実は、病院で新鮮な空気を供給すると言った時、現在窓を開けることは、ほとんどできません。窓が開かないようになっているところが多いのです。多くの病院の空気は、空調でコントロールされています。この空調は空気の流れが、感染者がいる病室、汚物室といった汚いエリアからの空気が流出しないようになっています。また、逆に清潔なエリア例えば手術室、免疫力が落ちている人が入るクリーンルームに対しては汚い空気が入っていかないようにしているのです。空調は、空気の質によって5段階に分けられ、そのエリアごとの空気が管理されているのです。面会の制限や、インフルエンザ等の流行中は、外からの訪問者を極力制限したりします。これは、患者さんが感染するのを防いでいるのです。患者さんの感染に関しての病院の管理は「医療施設における環境感染管理のためのCDCガイドライン」<sup>4)</sup>にそって行われています。

### 療養空間で支援する看護師の仕事

病院は医療の場であると同時に、患者さんの生活が営まれる場です。患者さんの日常生活の行動は治療の妨げにならない範囲内において保証されています。

最近急性期の病院では、患者自身の回復力をいかに引き出すかも重要になってきています。寝たきりにならない、回復を早める方法として、手術翌日よりリハビリが開始されます。医学の研究成果と技術の進歩から、体を使うことを休まないことで、回復力が促進されるようです。しかし、高齢患者さんの療養のイメージは、「ゆっくり休む」ことと考えている方も多くいらっしゃいます。「ゆっくり休む」ことが回復を先延ばしすることを説明しながら、看護師は患者さんの自然治癒促進のために患者さんの援助を通して回復への意欲が高められる様に関わっています。例えば、夜間の睡眠は体の回復を促進するうえで大切な時間で、看護師にとっては大切な観察事項です。患者さん一人一人がきちんと睡眠がとれているか

夜勤の看護師が確認しています、また日勤の看護師が日中の様子を観察して問題がないかを確認しています。眠れていない場合はそれぞれの状況を確認し、眠れるよう支援します。眠れない原因の一つに心配や見えない先の不安もあります。心配や不安は患者さんの治癒力を弱めます。ですので心配や不安を取り除けるよう相談を受けたり、支援をしたりしています。次に「食事」についてです。栄養は回復する体を作る基礎になるものです。と同時に、食事を楽しんで食べられているかは体調を表す目安でもあります。そのため看護師は食事がきちんと取られているかを確認しています。体調がよくないときは食欲もわきません。そんな時は患者さんと相談し、少しでも食べたいものの希望を聞いたり、食べられる方法を栄養士さんと相談したり、食事の際の支援もします。

次に「排泄」は尿、便、汗など体内で不必要になっただけのものです。この排泄行動が入院直後や治療によっては看護師に依頼しなければなりません。高齢の方はこの行動を規制されますと、自分で行おうとして転倒してしまう場合が多くあります。また、排泄行動を制限されますと、トイレに行きたいときに看護師をナースコールで呼ばなければなりません。そのため、念のためにオムツを使うこともあります。オムツは患者さんの尊厳（自分らしさ）を大きく崩すこととなります。患者さんの尊厳は患者さんが回復するための動機にもなります。看護師は排泄の援助で患者さんの尊厳を傷つけないよう心がけています。また、排泄を安全に自立できるまでの支援もしています。排泄を自力でしたいという思いと、自力でできるための体力の回復を日々の支援の中で観察し、支援しています。さらに回復を促すために「移動」が制限される場合もあります。これも「排泄」と同様に規制中は看護師の支援が必要になります。しかし高齢者の「移動」規制中の転倒の事故が非常に多くあります。そのため、高齢者の「移動」規制中は、様々な工夫をして患者の安全を確保します。例えば患者の部屋を看護師の目の届く場所にするとか、患者さんが看護師の支援なしにベッド脇に立つと自動的にナースコールが鳴り看護師に知らせるとか、ベッドから落ちないようにベッドを置かないなどです。患者さんが転倒しないよう注意をはらいつつ、転ばないための体づくりを日々の行動一つ一つ観察して支援しています。

他に「更衣」「清潔保持」「余暇」等の基本的な生活動作の視点から患者の生活を捉え患者の回復に対する思いを退院に繋げるよう支援しています。

- 1) F.ナイチンゲール(著),湯楨ます(監修),薄井坦子,小玉香津子他:病院覚書,ナイチンゲール著作集第2巻,現代社,東京,1992
- 2) 厚生労働省:一医療法  
一解説編は [https://www.shaho.co.jp/shaho/shop/usr\\_data/sample/16500-sample.pdf](https://www.shaho.co.jp/shaho/shop/usr_data/sample/16500-sample.pdf)  
(2018年11月28日閲覧)
- 3) 厚生労働省:一医療法等の一部を改正する法律案の概要  
[https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kaisei/tp1024-1\\_10.html](https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kaisei/tp1024-1_10.html) (2018年11月28日閲覧)

4) 「医療施設における環境感染管理のための CDC ガイドライン」

<https://med.saraya.com/gakujutsu/guideline/pdf/kankyocdc.pdf> (2018 年 11 月 28 日閲覧)