



エクランドWakakoのアメリカ便り

新生児医療の現場から

from
USA

エクランドWakako RNC MSN NNP. 1991年BSN取得後RNとなる (Bob Jones University, Greenville, SC). CCU・ICU・NICUを経て2002年にNNP専攻でMSN (看護学修士) 取得 (Vanderbilt University, Nashville, TN). 卒業後NNPの専門資格試験に合格. 現在Nashville市内外複数の病院のNICU医療を担う新生児専門医療グループに所属.
Mid Tennessee Neonatology Associates
2300 Patterson St. Nashville, Tennessee 37203-1878. USA
RNCNNP@hotmail.com

26 ステージアップで感じるストレス 一人ひとり異なるTransition

先々月から2号連続で、私が大学院でNNPの学びをしているときに体験した^{トランジション}Transition ストレスについてお話ししてきました。とくに先月は、Dr.Cusson著のNNPのトランジションに関する文献から私が得た大きな励ましについて触れました。職場でのトランジションというのは、部署を移った場合にも経験しますし、自分自身の状況が変わらなくても上司が新しくなったりするだけでも起こり得る現象です。

とくに一般看護師 (RN) の立場にいた人間が、さらに専門的な学びをすることによって以前よりも幅広く奥深い、責任が拡大された仕事をするようになる場合、具体的な役割の変化と、その変化が生じさせる周りとの関係の変遷、ほかにも目に見えない内外に多くの変化が起きることは避けられません。トランジションストレスはそれぞれ個人の性格、過去の経験、周囲の受け入れ、理解などに影響されます。その中で新しい立場での自分を立ち上げ、自分のアイデンティティを育ててゆかなければならないのです。

私が体験したストレスと共通点のあるトランジションを、皆さんの中にも知らず知らず毎日経験している方がおられるのではないのでしょうか？ ストレスを感じても、トランジションという現象と向き合ってきちんと切り抜けていくことで、最終的には、成長でき、周囲にも大きく貢献できるようになると信じています。

今回はトランジションの話の締めくくりとして、実際にNNPとして仕事に就いた後の私の体験を少し詳しくお話ししたいと思います。

やむをえないトランジションの中断

実は、私のトランジションは遠回りをすることになり、複雑なものになりました。以前にも簡単に触れましたが、大学院卒業寸前、胸にしこりが見つかったのです。最終のレジデンシーを終了して、あとはほんの少し残っていた課題を終わらせれば卒業を待つのみというときにです。卒業直後、いろいろな検査を急遽行った結果、すぐに治療を開始しなけ

ればならず、NNPの職に就くのはあきらめざるをえませんでした。クリニカルレジデンシーの終了後、新しい職場で継続されていくはずだったトランジションは、一時停止状態になってしまったわけです。

大学院でともに学び、それまで同じ目的地へ向かっている列車に乗ってきた友人たちとも別れて、私一人、緊急途中下車しなければならなかったそのときのつらさは、言葉で表現できるものではありませんでした。Dr. Cussonの論文のおかげで自分の中で起こっているトランジションを理解しつつあり、克服する可能性を実感し始めていただけに将来への不安は募りました。

卒業は8月でしたが、12月の初めに予定されていたNNPの試験のことも気になりました。友人たちは卒業と同時にほとんど全員がNNPとしての新しい役割を持って仕事を始めていました。親しい数人から仕事の話聞き、彼女たち、彼らの体験するトランジションの様子を耳にするたびに、一人置いてきぼりにされたような気持ちになったのを思い出します。覚えたこと、学んだことがどんどん逃げていってしまうのではと思ったり、NNPに必要な気管挿管の技術や、PIやLP（腰椎穿刺）、UACなどの処置にも慣れ始めていたのに、1年近い空白があいたら私の手はきつと何もかも忘れてしまうのではないかと、などという不安が私を悩ますのでした。もちろん、もし癌が治らなかつたらこれまでの苦労は……という思いもよぎりました。

そんななか、とにかく気分のよい日、化学療法のため病院で過ごす日など、いつも新生児医療の本を手にしていました。無理をすればスタッフナースとして以前のようにNICUでの12時間勤務もこなすことができたかもしれないのですが、治療のためにWBC（白血球）、それもANC（絶対好中球数）が600ほどにまで落ち込み、無理が許されず、NICUなどからは遠ざかった毎日でした。そのとき私に許されたただ一つの新生児医療とのかかわりが、試験勉強をすることでした。そう思うと勉強へのやる気が出たのは確かです。化学



美人のランダはNICU経験20年のベテランナースです。いつもとても頼りになります

Transitions トランジション。仕事における節目・変化・変遷を指して言う。

エクランドWakakoのアメリカ便り



赤ちゃんの足形のマニユメントで飾られて、まるで色鮮やかなお花畑のような掲示板。横にいるのは、NICUナースのケーシー

療法で病院へ行くと、いつも「また本を持っているわね」と医師や看護師たちに言われましたが、試験勉強のお陰で治療の苦痛がやわらぎました。

NNPの試験を受けたのはプロトコルに従って、治療の第一段階を終えて第二段階の放射線治療と化学療法が始まって3週目の時でした。今思うとどこからそんな精神力が出てきたのかと思うのですが、目的を持つことで治療の前半があっという間に過ぎたようでもありました。

そして、1月の始め、オベを目前にしてNNPの合格通知を手にした瞬間、中断されたトランジションが再開される日は遠くないのだと確信できたのです。

トランジション再開の日

結局、卒業したのが8月、オベの後さらに続いた治療でしたが、最終の化学療法を翌年の5月終わりに受け、今の職場で勤務を始めたのが6月の3週目でした。中断されたトランジションは長い治療の後、丸1年近い空白の後に再開されました。この空白がストレスになったのはいうまでもありません。緊張という表現では物足りなく思えるほどガチガチに緊張しながら、最初の出勤日を迎えたことがまだまだ昨日のこのようです。頭の中で何度も何度もさまざまな処置の手順を想像して繰り返したり、新生児医療に関する本を一生懸命読み直したりしながら当日を迎えました。そんな私にとって、周りの支えと、トランジションという理論的な理解を得ていたことは大きな力になりました。

私のトランジションは、マーフリーズボロというナッシュビルから南東に30分のところにあるベッド数15の小さいNICUで再開されました。この病院はレベルⅢの認可を受けてはいるのですが、分娩数もNICUの患者数もセンチニアルと比べたら少ないのです。一般的に入院患者の重症度は低いように見えますが、緊急事態の頻度は少なくともハイスキルが求められることに変わりがないため、訓練のためにもよい場所でした。

NICU内の児の回診、緊急分娩の立会い、看護師（RN）たちからの質問への対応、入室患者のアドミッションの処置、オーダーなど毎日さまざまなことを一つひとつこなしながら、冬眠から覚めていくような感覚を覚えていました。試験には合格していてもNNPと

しての経験は大学院在学中のレジデンス以外ではゼロに等しく、自分をNNPだと口にするたびに嘘をついているような気持ちになり、自分に苛立ちさえも感じたのです。その「自分が偽善者のような感覚」というのも、実はいろんな人のトランジション体験で語られていた現象の一つでした。自分のアイデンティティが確立するごとに、NNPという名にふさわしい自覚が芽生えてくるはずだと将来への希望を持つこと以外、私にできることはありませんでした。

わからないことは確かめる 少しずつ自信を取り戻す過程

最初の数ヶ月は、周りのNNPや医師たちにどんな些細なことでも質問を投げかけることが多く、頼れる人の存在がとても大きいものでした。たとえば、2通りの治療法が考えられる微妙な状況で、どちらの考え方が正しいのか、自分の判断に疑いがあるときなどは、躊躇せずに周囲に自分の思っていることを聞いてもらいます。どこか間違っていないか、何か見落としている事柄はないかなど批評をしてもらうことが頻繁にありました。時には、医師の答えが私と同じで、どちらも間違いではないから、両親とお話ししてから決めてもいいのでは、といった答えが戻ってきたり、新生児医療の特質でもある、アートの要素が浮き彫りにされるケースもありました。けれど、そういったやり取りの一つひとつが私の大きな力になるとともに、一緒に仕事をする医師たち、またNNPたちが私の理解度を把握して、私との信頼関係を築いていくきっかけにもなっていたのです。

心配性の私は、ある時は細かいことまで質問しすぎだろうか、それとも、このぐらいのことは質問せずに自分で判断して決めるべきことだろうかといったジレンマを感じることも多くありましたが、そういう時でも、「このぐらいのことは自分で判断すべきだとは思いますが、質問させてください」と確かめることにしていました。3ヶ月後には、マーフリーズボロの病院の勤務の後センチニアルの病院へも出るようになりました。

はじめてセンチニアルへ向かった日、ある医師が肩をそっとたたいて励ましてくださったことがまだ昨日のここのように思い出せます。その日の朝、マーフリーズボロの入院患者数が比較的少なく、朝の11時半には回診がすべて終わってしまいました。医師は私の心

レベル制 レベルⅠは、一般新生児室のみがある施設。レベルⅡは、かなり落ち着いた状態ならば、人工呼吸器が必要な児を受け入れることは可能だが、超低出生体重児は扱わない。レベルⅢでは、高度な医療技術を提供できるスタッフとテクノロジーを備え、レベルⅠおよびⅡの施設からの搬送を受け入れることができる。

にある何かを感じ取り、「あなたは自分にとっても厳しい人だけれど、私たちは（グループのほかの医師たちのこと）みな、あなたがセンチニアルでの仕事がこなせるようになることは間違いないと感じているのよ。みんな、あなたの成長を楽しんで見ているのを忘れないで安心して行ってらっしゃい。あなたは慎重だから自分の成長に自分では気づかないでいるのよ」と声をかけてくれたのです。私はその医師に簡単に礼を言うとセンチニアルへ向かったのですが、道中ずっと、その優しい心遣いと、励ましに満ちた暖かい手の感触が肩に残っていました。あの日から長い道を歩いてきたのだと、今は感謝の気持ちでいっぱいです。

マーフリーズボロと比べると1日に手がける患者数、オーダー数、何もかもが数倍とも言えるセンチニアルも次第に居心地のよい場所となっていました。

トランジションを支える立場になって

昨年から、数人のNNP大学院生の研修を指導する機会がありました。また、新しいNNPも私たちのグループに所属するようになり、新人の指導の機会も増えました。Dr. Cussonとトランジションとの私の出会いは、そういった方たちへの接し方にも大きな影響を与えています。

トランジションの体験は、驚くほどに個人個人で違うものがあります。指導した学生の一人は私が体験したものとは逆で、自信過剰傾向にありました。一方で私と似たような状況にいる学生もいました。指導した学生それぞれのNICUでの体験にも相違があり、性格も違います。私は、誰にでも、私の指導する目的はNNPとしての成功を望む以外は何もないということを話しています。そして、私がトランジション真っ只中の一人ひとりを指導するときに、彼女、彼らたちが無事にひとりで立つ姿を想像して信じるのが、私にできる第一の重要な精神的なサポートにつながっているのです。

「文化が違えばトランジションも違うのではないか」と一昨年前Dr. Cussonは数週間イギリスへ渡られて、イギリスのNNPのトランジションを研究されました。先生のように、私も「日本の文化がトランジションに与える影響は？」と想像ながら、新しく認定を受けて活躍を始めておられる、日本のナースのみなさんに心からエールを送りたいと思います。

参考文献

- 1) Cusson, R & Viggiano, N. Transition to the Neonatal Nurse Practitioner Role : Making the Change from the Side to the Head of the Bed. Neonatal Network. 21 (2) , 2002, 21- 8.