

宮川昭夫作曲 「生命交響曲 灵魂(たましい)の歌」第4楽章より

ワンドロップー今、約束の地球(ほし)、約束の時代(とき)

作詞:清水浦安・愛宕なみ

むねのおくの ひかりの ひとしづく
そつとりようてをあてて
しづかにきいてみる

とわにつづく いのちに みちびかれ
なぜいまこの時代に うまれてきたの

あなたをおもうとき かんじる こどう

それは いのち みたされている

あなたのあいを えがく よろこび
このとき えらび うまれたの

すべてをいかす かがやくいのち
ひかりのわたし
いま 約束の時代(とき)

むねのおくの ひかりの ひとしづく
こころのみすませ
いのちにきいてみる

はるかうちゅう ぎんがに いだかれて
なぜ この地球(ほし)めざし たびして
きたの

あなたをおもうとき たかなる こどう

それは いのち あいされている

あなたのあいを えがく よろこび
この地球(ほし)めざし たびしたの

はるかな たびじ 時空をこえて
ひかりのわたし
いま 約束の地球(ほし)

あなたのあいえがき いきる よろこび

いまは わかる ちかったことを

すべての いのち いきづくだいち
かがやく ひかり ひとしづく

わたしの なかに いつも かんじる

あなたのあいを

いま 約束の時代(とき)

あなたのあいが わたしの あいが
すべての あいが あふれてる

ひとつの おもい あいを うたうの
母なるちきゅう いま あらたなせかい

引用元 NPO法人 ワンドロップ・プロジェクト
<http://www.onedrop.jp>



後援

地球の歩き方プロジェクト
株式会社ホリスティックメディカル
株式会社GSD
NPO法人 国際生命科学研究機構
覚醒医療ネットワーク
手をつなごうママの会
一般社団法人なおひ
スピリチュアルTV
篠浦塾

協賛

株式会社I.H.M
NPO法人モトピースプロジェクト
一般社団法人エジソン・インシュタ
インスクール協会
澤野新一朗フォトスタジオ
三井温熱(株)
NPO法人日本ヒーリングタッチ協会
NPO法人ワンドロップ・プロジェクト
シナリー株式会社
にんじょうよぼう専門スタジオ
株式会社ホリスティックウェルネス



NPO国際ヒーリング看護協会 IHAN

International Healing Association for Nurses



第8期 特別号2018年10月

病気と向き合い、どのように生きていきたいのか、
その人らしく生きる生き方に添えるように私たちホ
リスティックナースは寄り添い続け、見守っていける
存在であれましたら幸いです。

この11月には東京(葛飾区)にもルミナスの和訪問
看護ステーションが立ち上がりました。

このようなステーションが全国に広がり、だれもがど
こにおいてもホリスティックケアを受けられる世の中
になりましたらうれしく思います。今後ともどうか末
永く宜しくお願ひ申し上げます。



最後になりましたが、皆様の人生が日々、豊かで充
実したものでありますようにご祈念いたしております。



国際ヒーリング看護協会
理事長 中 ルミ

するそれによって、自然が動き、自然治癒をもたら
すと述べています。(Dossy,2000)

このことは、看護師が患者を治癒するのではなく、
治癒する力は患者自身の体の内部から生まれる。
看護師の務めは患者が生まれ持った本来の力を
引き出す手助けをすることにある。ということにつ
ながります。

では、自然治癒力を發揮しやすい環境を整え、健
康回復を促し、その人らしく生を全うすることができる
看護とは具体的にどのような方法があるので
しょうか??

正義なることが魂の健康である
- フロレンス・ナイチンゲール -



【ホリスティック(Holistic)とは】

ギリシャ語で「全体性」を意味する「ホロス(holos)」を語源としています。

そこから派生した言葉には、whole(全体)、heal(癒す)、health(健康)、holy(聖なる)…などがあり、健康 -health- という言葉自体が、もともと「全体」に根ざしています。

自分自身の心のあり方

自分自身の考え方

自分自身の生活態度

自分自身の体の取り扱い方

自分自身をとりまく社会的環境

総てが集約されて、《私》という”かけがえのない人”が人生を生きている

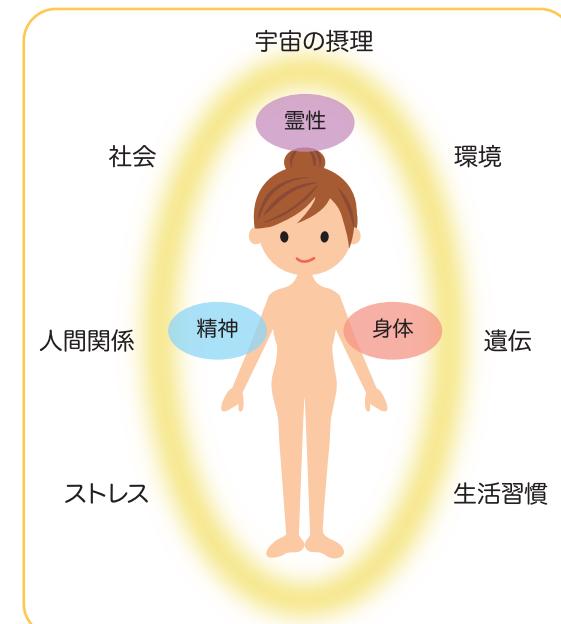
よって

毎日の習慣をいかに過ごすかで
同じ人間が80年という
時を過ごしたときに
人生に大きな変化が生じます。

考え方：ネガティブ？かポジティブか？etc

*行動の仕方：食事・運動・生活パターン etc

*生活の仕方：環境、生活空間のあり方 etc



【ホリスティック医学の定義】

ホリスティック(全的)な健康観に立脚する
人間を「体・心・気・靈性」等の有機的統合体ととらえ、社会・自然・宇宙との調和にもとづく包括的、全体的な健康観に立脚する。

自然治癒力を癒しの原点におく

生命が本来、自らのものとしてもっている「自然治癒力」を癒しの原点におき、この自然治癒力を高め、増強することを治療の基本とする。

患者が自ら癒し、治療者は援助する

病気を癒す中心は患者であり、治療者はあくまでも援助者である。治療よりも養生、他者療法よりも自己療法が基本であり、ライフスタイルを改善して患者自身が「自ら癒す」姿勢が治療の基本となる

様々な治療法を選択・統合し、最も適切な治療を行う

西洋医学の利点を生かしながら中国医学やインド医学など各国の伝統医学、心理療法、自然療法、栄養療法、手技療法、運動療法、などの各種代替療法を総合的、体系的に選択・統合し、最も適切な治療を行う。

病の深い意味に気づき自己実現をめざす

病気や障害、老い、死といったものを単に否定的にとらえるのではなく、むしろその深い意味に気づき、生と死のプロセスの中で、より深い充足感のある自己実現をたえずめざしていく。

【ホリスティックナーシングとは】

1. 現在の医療・ケアの利点を最大限に引き出し
補完・統合ケアを用いて癒しを促す
2. 完治(cure)ではなく癒す/healing)ことを
目的とする
3. 「施行するケア(Doing)」→「共にあるケア
(Being)」
4. 患者が積極的に自身の癒しに取り組める
5. 看護師は、患者の「癒し」の過程の道具である
6. セルフケア・自己内観を要し、重視する

ホリスティックアプローチの特徴

- ①身体と精神・魂の統合・調和・バランスを重視する
- ②ナースは疾患や症状ではなく自己の治癒過程にある患者の全体性に焦点をあてる
- ③病気の経験はその人の成長や意識を拡大する機会となる
- ④ナースと患者は相互関係にあり、それを通して共に成長するホリスティック(全的)な健康観に立脚する人間を「体・心・気・靈性」等の有機的統合体ととらえ、社会・自然・宇宙との調和にもとづく包括的、全体的な健康観に立脚する。

よって、自然治癒力を癒しの原点におき、生命が本来、自らのものとしてもっている「自然治癒力」を癒しの原点におき、この自然治癒力を高め、増強することを基本とする。

【 Hrealing(癒し・治癒)とは 】

『全体をつくる』という意味の英語 hae-lan に由来し、身体的・感情的・精神的・行動的・環境的といった患者全体像のケアのすべて

の側面から癒しの至適環境を整えることで、心や身体、精神の調和やバランスを促進させ、不安やストレスの軽減を図ることにつながると言われています。よって、Hrealing(癒し)は健康を回復増進することを助長することになるのです。

～看護理論家の紹介～

ペロー「治療的な自己活用」

- ①ある程度の依存を許す
- ②共に考える
- ③自立させていく

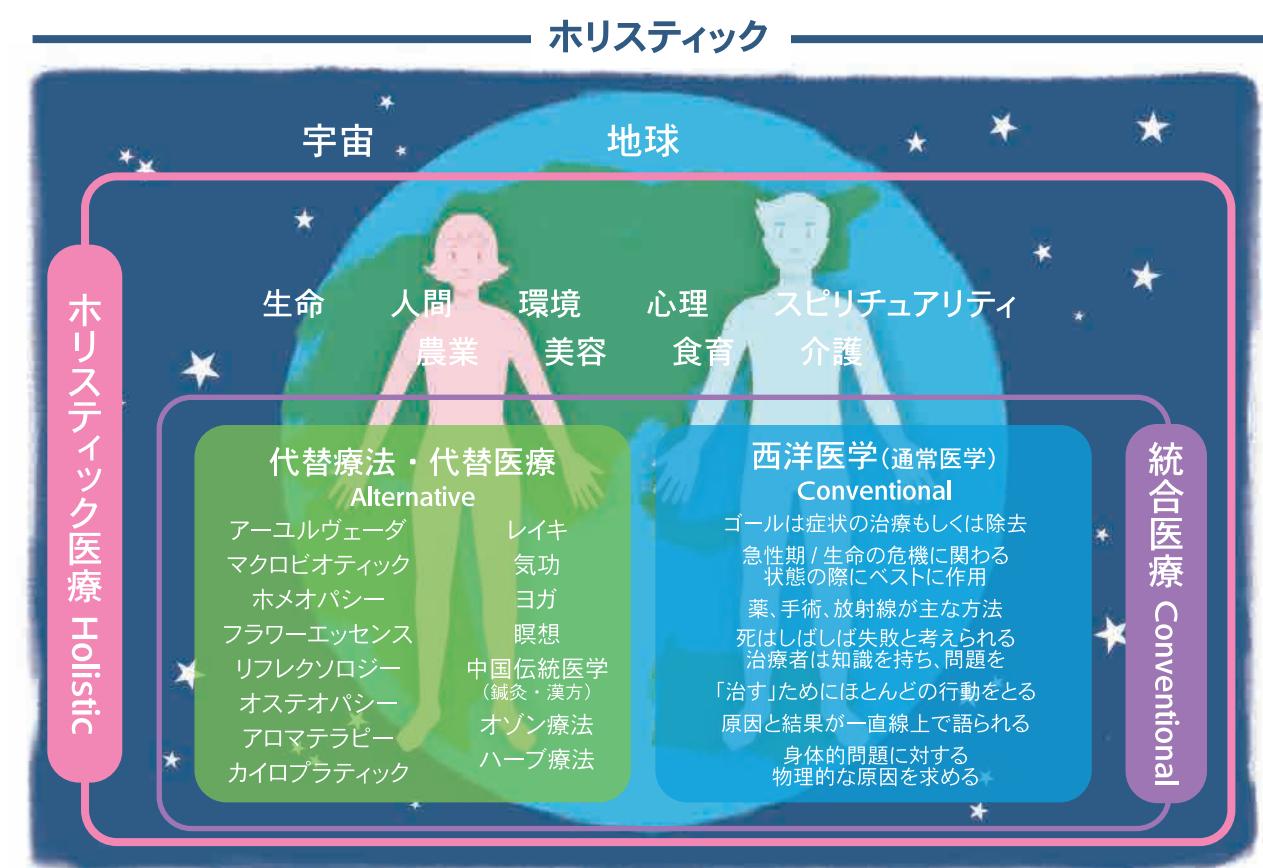
ロジャーズ「エナジーフィールドの共鳴性」

今ここという場を共有する

ワトソン「トランスペーソナルケアリング」

心・体・魂が一体化する

いずれも看護師のあり方、存在が大切であり、ナースは環境そのものである自分自身のありかたが他者にも影響していく。患者さんとの相互関係にあると言えます。



西洋医学		ホリスティック
診療手順	問診 → 診察 → 検査 → インフォームドコンセント → 治療	
重点項目	● 検査 検査により得られる結果で病名をつける 同じ病名の時には同じ薬を使う	● 問診 問診により得られる情報(生活環境・性格・体調の変化)で、病名の特定の前に個々のケースに合わせて、今何をするべきかを判断する そのため同じ病名でも生体により治療が異なる
治療方法	病気の原因を排除することを目的とする	生体の自然治癒力を高めることを目的とする
治療薬	● 即効性がある 熱や痛みをとる、菌を殺すというような、症状を一つ一つ打ち消す薬が処方される	● 即効性はない 熱があるから熱を下げるという治療ではなく、「熱が出るということは、からだが自らの力で病気を治そうとしている」と考えるのが基本的な考え方からだが訴えている症状を打ち消すのではなく、自らの力で治そうとする自然治癒力を高めるための薬が処方される

*インフォームド・コンセント(informed-consent)
直訳すると、「説明と同意」という意味。医師が患者に病状や治療方針を説明し、その方法に同意を求める事。個人主義の意識が高いアメリカで生まれ、1980年代半ばから日本でも必要性が認識されている。獣医師との関係を築くためにこの作業は必須である。

ホリスティックアプローチのご紹介

【補完代替療法の分類定義】

NCCAM(米国 国立補完代替医療センター(National Center for Complementary and Alternative Medicine; NCCAM)では、補完代替療法を5つの領域分類を定義しています。

1. 代替医療体系(アーユルヴェーダ、伝統中国医学、ホメオパシー、自然療法など)
2. 生物学的療法(ハーブ、アロマセラピー、マクロビオティック、栄養補助食品など)
3. 手技・身体療法(マッサージ、太極拳、エクササイズ)
4. エネルギー療法(気、セラピューティックタッチ、ヒーリングタッチ、靈氣、磁気、鍼、指圧、リフレクソロジーなど)
5. 心身療法(音楽、祈り、日誌療法、イメージ療法、ユーモア、リラクゼーションなど)

国立補完統合衛生センター[米国]においては、「統合医療」を、「従来の医学と、安全性と有効性について質の高いエビデンスが得られている相補(補完)・代替療法とを統合した療法」と定義しています。また、相補(補完)・代替療法については、「一般的に従来の通常医療と見なされていない、さまざまな医学・ヘルスケアシステム、施術、生成物質など」と定義しています。

具体的には、以下のような分類をしています。

1. ○天然物(Natural Products)
ハーブ(ボタニカル)、ビタミン・ミネラル、プロバイオティクスなど
2. ○心身療法(Mind and Body Practices)
ヨガ、カイロプラクティック、整骨療法、瞑想、マッサージ療法、鍼灸、リラクゼーション、太極拳、気功、ヒーリングタッチ、催眠療法、運動療法など
3. ○そのほかの補完療法(Other Complementary Health Approaches)

心霊治療家、アーユルヴェーダ医学、伝統的中国医学、ホメオパシー、自然療法など

引用先 国立補完統合衛生センター[米国]、
2017/3/16現在
なお、世界保健機関(World Health Organiza-

tion:WHO)は、「伝統医療」について、「それぞれの文化に根付いた理論・信心・経験に基づく知見、技術及び実践の総和であり、健康を保持し、更に心身の病気を予防、診断、改善、治療することを目的としている。」としています。

心身療法のご紹介

も出やすい波形と言われているので、リラックスが必要な症状の時に音楽を使って緊張を緩和したりストレスを軽減させるなど、心理状態に働きかけることができるのです。



それにはゆったりと単調な曲が良く、クラシック曲、特にモーツアルトが適していると言われています。

音楽療法の目的

精神症状を軽減させる

音楽療法の目的は、ストレスなどで緊張やうつ状態にある精神に働きかけて、その精神症状を軽減させることや、音の刺激が脳に働きかけ集中力や記憶力の改善を図ることで、身体の障害や症状に対しても良い影響を与えることです。

音楽を聴く「受動的音楽療法」では、穏やかな曲を聴くことでストレスが軽減したり、リズミカルな明るい曲を聴くことで意欲的になる効果が期待されます。

社会性をはぐくめる

自ら歌ったり楽器を演奏する、踊るという「能動的音楽療法」では、自己表現することで自信や満足感を得ることが精神に良い影響を与えたり、病気や障害が原因で言葉や感情表現が苦手な人の場合、音楽を用いることで周囲とのコミュニケーションをスムーズにし社会性をはぐくむ、という目的もあります。

音楽療法の対象者とその効果

では、具体的にはどのような症状の人々にどのような効果がみられているのでしょうか。

認知症の方への効果

音楽療法は認知症の高齢者のケアにも多く取り入れられています。認知症の人は、比較的最近の短期記憶はすぐに忘れてしまいますが、子どもの頃のことなどは案外はっきり覚えていたりします。そうした長期記憶を思い出すことは脳に良い刺激となり、軽度の認知症の場合に集中力や記憶力の改善がみられたという研究結果も報告されています。また心理面が安定することで徘徊などの問題行動が軽減し、介護がスムーズに行えるという効果もあります。

また、歌を歌うことは嚥下障害や発語障害のリハビリにも効果的です。

癌患者の緩和ケア

重い癌を患っている患者のターミナルケア(終末期医療)では心と身体の苦痛を取り除く緩和ケアが中心になります。

患者が死への怖れや不安からくる否認や怒りの反応を経て、最終的に自分の状態を受容し、自分らしい穏やかな最期を迎るために、心の安定を助けたり、痛みを和らげるなど、音楽は重要な役割を果たします。

音楽療法の有効性

メリットの研究報告が多くデメリットはない
音楽療法の有効性や科学的根拠については、疾患や症状によって幅があり、いまだ研究の途上と言われています。

生物学的療法のご紹介

【ハーブ】

『ハーブ』は「草」あるいは「野草」、「草木」を意味するラテン語: herba を語源とし、フランス語で herbe(エルブ)、古英語で herbe(アーブ)となり、これが変化して英語の herb となり、日本に伝わってハーブという言葉が使われるようになりました。

次のように利用できる有用植物がハーブと呼ばれています。

しかし、科学的な証明がまだ確実ではないにしろ、治療や介護に携わっている医療者や介護者からみて、音楽療法を施すことで何らかの良い影響がみられたことが多数報告されています。

その中でも多いのが、認知症、パーキンソン病などの神経疾患に対するもので、例えば認知症では心理上・行動上の問題や異常(BPSD)を抑制する音楽療法の有効性が日本でもいくつかの大学で研究報告がされており、音楽療法が活用されている多くの症状の中でも、認知症への効果には特に多くの期待が集まっています。

またパーキンソン病の症状の1つである歩行困難には、音楽のリズムが有効に働くことがわかっていて、「もしもししカメよ」などを歩くりズムで口ずさむことで、歩行が改善した例が三重大学の佐藤正之准教授によって報告され、欧米の医学誌にも掲載されました。

非薬物療法の1つである音楽療法には、このようにメリットの研究報告は多くありますが、デメリットはなく、今後も様々な領域での活用と効果が期待されています。

参考 神経疾患に対する音楽療法 | ラジオNIKKEI



日本の和ハーブ

三つ葉

芳香があり、汁ものに浮かべて香りづけに用いたりする。ミネラル類、ビタミン類が豊富。カロテンも多い。



よもぎ

芳香があり、食用には柔らかな若葉が向く。栄養価に優れ、さまざまな薬効があるといわれる。浴槽に入れると血行促進する。



柚子

柑橘類特有の、酸味や爽やかな香りがある。皮や果汁は、料理の風味づけによい。入浴剤として用いると、血行促進効果がある。

しそ

赤じそ、青じそなどがある。爽やかな香り成分には、食欲を増進する効果がある。防腐効果もあるため、料理の添え物、薬味として用いられる。

—すぐに役立つ暮らしの健康情報—こんにちわ 2006年7月号：メディカル・ライフ教育出版より転載

つものが多くあります。

精油やトリートメントによって血行が促進されると皮膚の新陳代謝も活性化されます。皮膚と心とは密接に関係しており、皮膚への優しい刺激(タッチ)が情緒を安定させ、ストレスへの耐性を高める効果や痛みのゲートコントロール効果が期待できることが解っています。

精油の作用経路

皮膚からの吸収…精油成分は分子量が少ないので、容易に皮膚から浸透していきます。そして真皮層にある毛細血管やリンパ管を通じて体内に入った精油成分は血流にのって全身に運ばれ組織や器官に働きかけます。

呼吸器からの吸収…空気中の精油成分の一部は鼻、気管、気管支、肺の粘膜から、一部は肺胞でガス交換の際に毛細血管を通じて血液に入り、血流に載って全身に運ばれます。鼻から入った精油成分は嗅覚刺激をして大脳辺縁系へ伝えられる経路もある。

経口からの吸収…吸収量がかなり多く、家庭で行うにはリスクが高い方法です。Drの管理下では内服という形で行われる場合もあります。

生活での活用方法

芳香浴…空気の浄化、リラックス
吸入…のどや鼻のケア、フェイシャル、気分転換
アロマバス…リラックス、血行促進
湿布…痛みや腫れ、こりの緩和
トリートメント…筋肉の凝りをほぐす、リラクゼーション、心身の刺激と強壮

精油の安全な使用方法

- ・内服はしない
- ・皮膚に塗布するときは必ず希釈する（原液は使用しない）
- ・敏感肌、アレルギーのある人はパッチテストをする
- ・乳幼児、高齢者に使うときは濃度に気を付ける
- ・妊婦、病状によって使用できない精油がある
- ・かんきつ系の光毒性



ハンドトリートメントとパッチテスト

1%のブレンドオイルを作ります。
(キャリアオイル20mlに精油4滴)

パッチテスト

キャリアオイルのみ、ブレンドオイルを腕の内側に綿棒で直径2cm、塗布する。20分間そのまま様子を見る。痒みや発赤が出るようであれば洗い流す。反応が出たものはトリートメントとして使用不可。

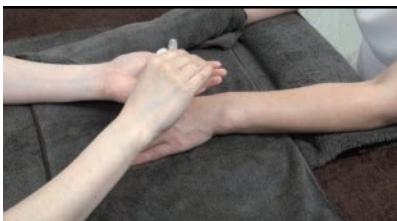
アロマハンドトリートメント

※ オイルを塗る前に肌に怪我、傷がないか確認しましょう。

※ パッチテストをしている間に肩にタオルを置いて、ホールディングし肩まわりを緩めていきます。



① タオルでくるみます



② オイルをとります



③ オイルをのばし肘の上まで流します



④ 甲をチョコ割



⑤ 指をくるくると指先まで



⑥ 指と指の間の水かきを押します



⑦ 掌をゆっくり…



⑧ 手首をくるくる…



⑨ タオルでくるみます

⑩ 最後はタオルでくるみ、終わりの合図でホールディング そして、ゆっくりと手を放します

☆ やさしく ゆっくり 包み込むように♪

エネルギー療法のご紹介

【レイキ】

看護とホリスティックアプローチとしてのレイキ

看護におけるホリスティックアプローチのひとつとして「レイキ」があります。NANDA-Iにおける看護診断においても「エネルギーフィールドの混乱」として掲げられています。

日本ではまだあまり医療の中では認知されていませんが、レイキの海外事情としては、アメリカでは、ハーバード大学病院、エール大学、コロンビア大学、アメリカがん治療センター、ニューヨーク大学メディカルセンター、米国立補完代替医療センターで実施され、ハワイ大学では、レイキが任意必修科目になっているそうです。

イギリス・カナダでは、代替治療の一つとして「レイキ」にも医療保険が適用されており、インドでは、レイキが国家資格になっているとのことです。

2016年、日本でも看護基準が見直され、スピリチュアルという言葉が入ってきました。レイキを行うことで、その方の身体的・精神的・社会的・スピリチュアル面に影響し、全人体的という統合と調和を促進するホリスティックなケアとしてこれからのケアとして注目されてきています。具体的には…

1)肉体面

- ・氣が高まる・充実する(元気になった、活気に溢れた)
- ・免疫力・自然治癒力が高まった
- ・便秘が解消された。
- ・心身ともに深いリラックスができるようになった
- ・不眠症が改善された。
- ・体が楽になり、体の動きが素早く軽くなった
- ・内蔵の働きがよくなった

2)精神面

- ・優しい心、ゆとりのあるこころになった
- ・不安や悩みに対する強さが生まれた
- ・恐怖心が少なくなり、行動力がついた
- ・自律神経が安定してきた
- ・楽天的になった
- ・精神的に不安定だったのが穏やかな性格になった
- ・自信がついてきた

3)スピリチュアリティー

- ・感動する心、感謝する心が自然に生まれて来るようになった

・愛と受容力が増し、人生にやすらぎが満ちてくるようになった

・感性が研ぎ澄まされるようになった

・人生に起こることが自然に受け入れられるようになった

・世界観、人生観が変わった

※引用「レイキ 癒しのハンドブック（望月俊孝著 シンコーミュージック）」



レイキの歴史

もともとレイキは日本発祥で、臼井 龍男（うすい みかお）が創始者です。

「人生の目的とは何か」という大命題の探求から、禅の道に入り、京都の鞍馬山にこもって断食を始め、眞の悟りともいえる安心立命の境地を得たとされています。

「広く世の中の人にこの力の恩恵を与えた」との思いから、工夫研究の結果、この能力を他人に伝授し、心身改善に活用する方法を見出します。これが臼井靈氣療法という手当で療法の始まりとされています。1922年4月に指導法などを定めた上で臼井靈氣療法学会が設立されました。

現在世界中に広まっているレイキは、臼井が養成した21または20人の師範（レイキを他人に伝授できる資格者）の一人林忠次郎がハワイ在住の日系人高田ハワヨに伝授したものが広まったものです。戦時中は海軍の技術としても活用されています。

～レイキの五戒～

今日だけは
怒るな
心配するな
感謝して
業にはげめ
人に親切に

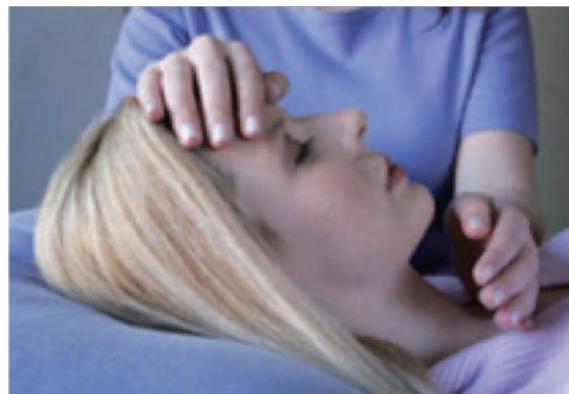
レイキでは人格の育成が大切だとされています。その人の人となりがオーラとなって、他者に影響を与えるようになるからです。

【ヒーリングタッチとは】

看護師・理学士のジャネット・メンゲンによって、1989年にまとめられた、健康と癒しのためのエネルギー療法です。クライアントのエネルギーフィールド(オーラ)とエネルギーセンター(チャクラ)に、手を使ってエネルギーを導く、意識的で意図的なプロセスです。エネルギーフィールドをクリアにし、バランスさせ、活性化することで、私たちに備わっている癒しの力をサポートします。

緩和ケア、リラクゼーション、痛みの軽減、術後ケア、精神医学、ホスピス、老人ケアなど様々な分野で活用され、あらゆる年齢の方に安全に行うことができます。既存の医療と調和しながら、補完的、統合的に活用できます。

ヒーリングタッチは、「NANDA-I看護診断」に記載されている看護診断を基にプログラム化されています。



緩和ケアにおける海外医療事情として、ヒーリングタッチをはじめとする各種代替療法は既に多くの研究データがあり、国家資格としてみとめられているものや、保険適応にもなり医療チームの中で実践されています。しかし、日本においてはまだ認知度が低く、実践出来る看護師が少なくエビデンスが出ていないのが現実です。

レイキセミナーはルミナスホリスティックアカデミーでも開催されています。

ルミナスホリスティックアカデミーHP
レイキセミナー講座 QRコード



NANDA-Iの看護診断

エネルギーフィールド 混乱
定義 (Definition)

身体、心、そして / または魂の不調和を生じる、人の実存をとりまくエネルギーの流れの破綻

診断指標 (Defining Characteristics)

以下のようなエネルギーの流れのパターンの変化の知覚

- 運動 (波動、スパイク、疼き、濃度、流れ)
- 音 (音色、言葉)
- 体温の変化 (温感、冷感) 視覚の変化 (像、色調)
- 場の破綻 (エネルギーフィールドの欠如、裂け目、スパイク、膨張、閉塞、うっ滞、流れの減少)

関連因子 (Related Factors)

以下に引き続いているエネルギーの流れの緩慢化または阻止

〈成熟因子〉

- 年齢に相応した発達上の危機 年齢に相

応した発達上の困難

〈病態生理学的因子〉

- 病 妊娠 身体損傷

〈状況的因子〉

- 不安 悲嘆 恐怖 疼痛

〈治療関連因子〉

- 化学療法 出産 体動不能 周手術期の経験

ヒーリングタッチ・レポート：訪問看護の現場から

肉体的だけでなく、精神的な癒しを求めて

その日、中さんが訪問したのは、Aさんのお宅。既にすっかり打ち解けている中さんは、挨拶を済ませると、さっそくAさんとストレッチを開始。Aさんは、私たち、初対面の同行者にも緊張された様子はなく終始にこやか。「右肩は良くなったんだけど、今

度はちょっと左肩が痛いなあ」と会話も弾み、看護チームの訪問を楽しめているように見えました。

ストレッチが終わると、中さんがiPhoneでヒーリングミュージックを流し始め、部屋は癒しの場の雰囲気に。Aさんは服を脱いでベッドの上にうつぶせになり、アロマオイルを使ったトリートメントが始まりました。

ヒーリングタッチを組み合わせるのは、その後。気持ちよさそうな寝息を立てているAさんの頭に、マインドクリアリングというテクニックを、肩や首に、ペインドレイン、ハンズモーションといったテクニックを使用してエネルギー的なケアを行いました。

もちろん、Aさんにはヒーリングタッチを組み合せることはご説明済み。しかし、Aさんはヒーリングに特に詳しいわけではありません。

「ただ、中さんがやってくれるマッサージは、なにか普通のマッサージと違う感じがするんだよねえ。相性がいいってことかもしれないねえ」とAさん。「肉体的にもそうなんだけど、それ以外のね、精神的な癒しっていうんですかね。すごくリラックスするんですよ」

エネルギーをケアするヒーリングについては時に説明が難しいこともあります、「とにかく受けて体感してもらうのが早いですね」と中さん。「体感すると気持ち良さが違うっていうことをわかってもらえます」

Aさんは中さんの施術を「癒しの国に行くみたい」と評したこともあるくらい、いつも深くりラックスされるのだそうです。

首と肩の痛みに悩まされていたAさんは、以前は、鍼や整体にも通っていました。が、「鍼は痛くて」続かなかつたそう。

「心の痛みが体に出てきますからね。でも、心につけるお薬はない」と中さん。肉体だけでなく部分にアプローチできるヒーリングやアロマテラピーなどの癒しの引き出しを看護師さんがたくさん持つことは、これからさらに求められると考えています。

引き出しへ何でもいい、という中さんですが、ヒーリングタッチを選んだのは、アセスメント(評価)の仕方、看護診断などがしっかりと確立されていたため。

HOLISTIC

- Reiki & Therapeutic Touch
- Meditation, Relaxation & Hypnosis
- Massage & Acupuncture
- Yoga & Tai Chi

WP
White Plains Hospital
Center for Cancer Care

もともとアメリカの看護師が体系化したものだけに、看護の現場で役立てやすいでしょう。

「心と体とスピリチュアリティ、その組み合わせがきちんとケアできると、みんな本当に輝いていくんですよ。肉体的に癒されて、精神的に癒されて、エネルギー的にも満たされて…そうすると、食欲のなかつた人が食べるようになり、発言がポジティブになってくる。最後は小さなことで感謝する日々になって、新しい人生がクリエイトされてくるんです」

そうなると私たち看護師も逆に癒されて、とてもよい循環ができます。そういう世界があることを、医療に携わる方、看護師さん、患者さん、皆さんに知りたいと思います」
吉田聰子(取材・文)

中ルミ理事長が取材を受けた
NPO法人日本ヒーリングタッチ協会より引用



海外および国内の事例のご紹介

【ヒーリングタッチレポート in ニューヨーク】

2018年6月3日ニューヨークホワイトプレンズにあるクラウンプラザホテルにてホワイトプレンズホスピタル主催における、キャンサー・サバイバー・デイのイベントが開催され参加させていただきました。



アメリカでは毎年6月が「キャンサーサバイバーデイ」月間と決められているよう、あちらこちらで様々なイベントが開催されているそうです。

会場入り口では、生存何年目という数字を手に、記念写真が撮影できるブースが設けられたり、参加されている患者様が笑顔いっぱいで、生きている証として胸を張って撮影されている姿に感銘を感じました。

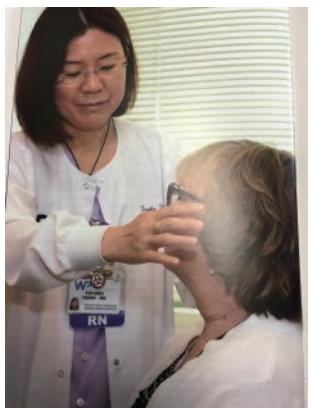


300名を超える医師や看護師、チャレン、患者さん、ご家族の集いの中で、ロビーの一角に「ヒーリングタッチの体験ブース」が設けられていました。そこでは、ホワイトプレンズホスピタルで勤務されているホリスティックナース2名とヒーリングタッチボランティアさんが、ヒーリングタッチの体験デモンストレーションを行っていました。

ヒーリングタッチを実施している1名の看護師さんは、ニューヨーク在住のホリスティックナースとして

活躍する日本人看護師の安井豊子さんです。

安井さんは、日本で6年程看護の経験を積まれた後アメリカに渡り、看護師を続けながらニューロシェル大学の大学院でホリスティック看護を勉強されました。がん看護認定看護師と上級ホリスティック看護認定看護師の資格を得て、現在はホワイトプレインズ病院で「ホリスティックナース・コーディネーター」としてホリスティックナース専門で活躍されています。ナースコーチングの認定看護師でもあります。



安井看護師の他、ヒーリングタッチのボランティアにあたっているボランティアさんたちはホワイトプレンズホスピタルにて定期的に開催される、ヒーリングタッチのセミナーを無料で受講され、そのお礼にボランティア登録されているそうです。

ボランティアのうち1名の台湾人の方にヒーリングタッチのボランティアについてインタビューさせていただきました。（日本に最近まで住んでいたことがあるので日本語を話していました。）「最初はカウンセリングボランティアの資格を取ったものの、言葉のコミュニケーションと、文化の違いに壁を感じ、続けるのが難しくなってしまいました。そんな時、ヒーリングタッチを知り、ヒーリングタッチでは



非言語のコミュニケーションで繋がりあうことができ、受けた皆さんから感謝されるので、今はとても楽しいです。」とおっしゃっていました。

ヒーリングタッチを受けられていらっしゃる体験者の中には涙を流される方もおり、イベントの中での短い時間においても、メンタルケアとして、安井看護師がホリスティックケアされている様子が伺えました。体験者の多くはキャンサーセンターで治療中にヒーリングタッチを受けてこられた方です。

イベント後は病院の見学にも行かせていただきました。ホワイトプレンズホスピタルは125年の歴史があり、今では患者様300名ほどを所用できる大きな病院ですが、設立当初は小さな一軒の家からのスタートだったそうです。ホワイトプレンズホスピタルでは、ヒーリングタッチのボランティアさんは30名ほど所属し、曜日ごとに、病院内とキャンサーセンターを受け持っています。ドックセラピーや、メディテーション、ヒーリングタッチなど、月間スケジュールで患者様や家族、スタッフをサポートする内容がスタッフとボランティアさんで組まれていました。

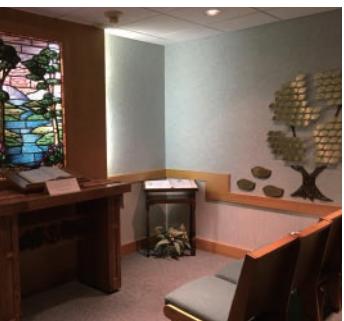


安井さんのお部屋にはコンピューターのプリンターがあり、医師、看護師、ソーシャルワーカーなどからホリスティック看護の指示がプリンターに直接送られてきます。また患者さんや家族からの要望は電話で受け取るようになっています。緩和ケアやペイン・ストレスマネジメントの一環としてヒーリングタッチ・レイキ・アロマ・瞑想・‘M’テクニックなどのホリスティックアプローチを用いてケアされています。

また、患者やその家族にかかる一方、看護スタッフや他の職員のためにストレスマネジメントや瞑想のクラスを教えています。

病棟内には利用者さんのための瞑想や祈るお部屋があり、スタッフのセルフメンテナンスためのクワイエットルームが設けられていました。

安井さんご自身もご自分を整えるために、「患者さんへ向かう階段の昇り降りの時間、瞑想しながら階段を登っています。」とおっしゃられていきました。



ホリスティックナースとして、まずは自分自身のセルフケアが基礎だと習いますが、日ごろから実践されていらっしゃる姿に感動いたしました。

翌日にはキャンサーセンターの見学にも行かせていただきましたが、こちらではセラピールームが2部屋設けられ、自由診療で1時間あたり100ドルの料金体系で完全予約制でケアをされていらっしゃるそうです。

アメリカでは化学療法も放射線療法も入院することなく、ほとんど通院で通われていらっしゃり、点滴をしながらヒーリングを受けることも多々あるそうです。

ヒーリングタッチのテクニックには放射線後や、化学療法の副作用を緩和させるテクニックもあるので、補完代替療法として上手に生かせている現場を目の当たりにし、日本でも早くこのような病院が普及してくれることを願いました。

会議室は、ヒーリングタッチボランティアさんの育成や、練習会をするために解放されており、教育を受けたボランティアヒーラーさん達はその恩返しにボランティアに所属してお礼奉公をしていました。



ロビーのカンファレンスルームでは、定期的にヒーリングサークルや、折り紙のボランティアなどが開催され、案内が掲示されていました。



このようにヒーリングタッチをはじめとする、ホリスティックケアを導入している病院はアメリカでもまだ少ないとのことですが、確実に根づいています。

安井看護師は日本の看護学生の見学も受け入れていきたいと話し、今後の日本におけるホリスティックケアの普及に向けて、大きな架け橋がかかることを期待しております。

今回はなかなか入れない現場まで見学させていただき、貴重な経験をさせていただきました。ご多用の中、セッティングしてくださった安井さんのご親切、ご協力くださいましたスタッフの皆様に心から感謝いたします。

療法、音楽療法、呼吸法、瞑想、ヨガ、ヒーリング、タッチケアを取り入れた看護を行っています。

現代西洋医学に加え補完・代替医療を行うことで、利用者様のQOL(生活の質)やADL(日常生活動作)を高めることができます。利用者様の症状や状態により、主治医の指示を受けて補完・代替医療看護を行っています。自由診療はこの限りではありません。

看護師さんが来てくれるだけで、なんだか落ち着いてるように見えるし、ヒーリングをしてもらったら、呼吸も表情も穏やかになってるわ～と長女さんより。

カンファレンス時病院側より在宅どころか移送時に亡くなれる可能性もあるということでしたが、家で過ごしたいとの本人希望、家族の強い意思があったため、その旨をお伝えさせていただいて、在宅で過ごすことができた。



右足 ヒーリングアロマトリートメント前と後



左足 ヒーリングアロマトリートメント前と後

国内の事情

【一般の看護に加え 補完・代替医療を取り入れた看護力】

補完・代替医療には漢方、森林療法、温泉療法などよく知られていますが、ルミナスの和訪問看護ステーションでは、アロマセラピー、マッサージ、絵画

【国内の症例】

症例 Aさん 80代 女性
子宮体癌 尿道口周囲腫瘍 多発性脳梗塞 終末期
癌性貧血 Hb5.4にて輸血
外陰腫瘍より出血にて貧血あり倦怠感が強く食欲も低下。日常生活援助、腫瘍圧迫にて尿閉の可能性あり緊急時の相談・対応希望にて訪問看護希望される
訪問看護1回(状態観察、内服管理、点滴、生活介助、アロマヒーリングなど) 訪問介護2回 1日3回の訪問を毎日在宅医による訪問適宜(最低2週間に1回)

訪問開始から3日目に娘さんより「入院中足のむくみどうやってそれなかつたけど、こんな一瞬でなくなるなんて、ほんま不思議でしようがない アロマ学びたい」と言われる。

時々苦悶様表情が見られたり、体動後などに肩呼吸がしばらくみられるなどあったが、

Aさんはそれまで、思い出の写真などが飾られている部屋で、好きな音楽を聞きながら、長女さんにアロマトリートメントをしてもらったり、ご主人に手を握りながら話しかけてもらったり、家族や親戚が会いに来てくれて、楽しそうな声や笑い声をきいて穏やかに過ごされていたが、訪問開始から97日目に家族に見守られながら旅立たれる。

ニット帽をかぶせてもらって浴衣ではない姿のAさんは今にもおはよう起ききてきそうなぐらい寝ているようにしか見えないとてもかわいらしい姿でした。

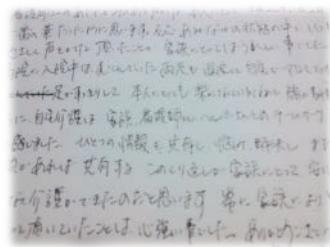
家族の方ももう一回嫁にいけそうやな～とかお父さん惚れ直したやろ?と言われるぐらいでした。

長女さんより

看護師さんのあたたかみのある声かけが本人にとって一番の薬だったように思います。反応があるかないかの状態の中で、いつもやさしく声をかけて頂いたことが、家族にとっては、うれしい

事でした。
病院に入院中はむくんでいた両足も退院して自宅でアロママッサージをして頂くと、足がすっきりして本人にとっても楽になっているなあと顔の表情でわかりました。

さらに、自宅介護は家族、看護師さん、ヘルパーさんとのチームワークだと感じました。ひとつの情報を共有し、悩み解決しました課題があれば共有する このくり返しが家族にとって安心になり不安なく介護ができたのだと思います。常に家族によりそう気持ちをもって頂いたことは心強い事でした。
ありがとうございました。感謝です。



【訪問看護でホリスティックケアを受けられたい方へのご案内】

補完・代替医療には漢方、森林療法、温泉療法などよく知られていますが、ルミナスの和訪問看護ケアステーションでは、アロマセラピー、マッサージ、ヒーリング、タッチケアなど保管代替療法を取り入れた看護を行っています。

現代西洋医学に加え補完・代替医療を行うことで、利用者様のQOL(生活の質)やADL(日常生活動作)を高めることができます。利用者様の症状や状態により、主治医の指示を受けて補完・代替医療看護を行っています。自由診療はこの限りではありません。

○利用料のご案内

医療費は一般の病院と同じです。(保険負担割合で計算します)
介護保険で1割負担の方は1回約820円程度です。医療保険で1割負担の方は1回約900円程度です。3割負担の方はこの3倍となります。

交通費は片道3キロまで往復分として1回300円。自由診療は30分5,000円、60分9,000円。正看護師に訪問に来てもらえてこのお値段は大きな安心感があります。

お支払いは銀行引き落として便利です。ご利用月の翌月末に引き落としになります。

