

緩和ケアニュース

第48号

親が重い病気になった時の子どもへの対応について



北海道 小樽 Photo Takashi Imamura

公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構
倉敷中央病院 緩和ケアチーム
2021年2月発行



はじめに

今回の緩和ケアニュースのテーマは、「親が重い病気になった時の子どもへの対応について」として、今村隆 臨床心理士が担当します。

このテーマに関しては、最近ではインターネットで少し検索をするだけでも様々な情報にアクセスすることができます。多くの情報を得たい・より深く理解をしたいという方はそちらにお任せするとして、ここでは私が日頃大切に考えて実践しているポイントを紹介できればと思います。

1. 病気を伝える？ 伝えない？

子どもへの対応を考える時、病気であることを伝えるかどうかという問題がありますが、これについては生活をともにしている以上は病気であることを知られず生活が続けることは難しいと思います。となると、どこまでの情報や事実を伝えていくかということを考えていく必要があるかと思います。

日々の患者さんとのやりとりのなかで「どのように伝えればよいのでしょうか？」と質問されることがあります。その時には「急ぐ必要はないし、いつ頃までに伝えなければいけないというのではありませんが、話をする際には病名も含めて、受けてきた検査、どんな治療をしているかなど、正しい情報を伝えるべきだと思います」と答えることが多いです。そのうえで、「可能であれば数カ月から半年くらい先（短期的）はどうなっているか、半年から1年ほど先にはどうなっていそうか（中長期的）などのお話をするのも考えてみてよいかもかもしれません」と付け加えることもあります。

もちろん正解というものはありませんが、最近の国内外の様子を見ていると「正しい情報を伝えるべき」と考える医療者が多くなってきてはいま

す。その理由は、正しい情報をきちんとシェアしておく方が、みんなにとって良い時間を長く過ごすことができるというのがわかってきたためです。

少し想像してみてください、嘘や隠し事（正しくない情報や事実の共有）をひとつすると、その嘘や隠し事をばれないようにするためにまたいくつかの嘘や隠し事をしなければならず、それを繰り返しているうちにわけがわからなくなったりすると思いませんか。もしくは、どうにかこうにか嘘や隠し事をしたまま過ごすことができても、ある日それが事実と違うことを知ればどうでしょう、私だったら事実を知ったこともさることながら、自分だけ知らなかったというショックも受けてしまうかもしれません。

以前、私が経験したケースを紹介します。

Aさん 女性 難治性の進行がん

小学4年生の子どもに病気であることは伝えていたのですが、がんという病名は伏せて「できものができている」「治療すれば必ずよくなる」と伝えていました。

しかし、治療や体調不良のため入退院を繰り返し、そのたびに少しずつ元気がなくなっていく様子を見て子どもはいつもと違う感じを心配していました。

学校で友達にも相談をしていたそうですが、ある日「それって、お母さんがんじゃない？」と友達に言われてしまい、帰宅してそのことをAさんに話しました。

さすがに、もう真実を伝えるしかないというAさんも考え、診断から経過・今後予測される事柄について率直に話をしました。





この時の子どものはじめの言葉が、「お母さん、僕に嘘をついていたの?」「元気になるっていうから、お母さんに遊びたいって言うのを我慢してきたのに」でした。Aさんからは「もっと早くに伝えておけばよかった」「伝えないことが優しさだと思っていたけど、結果的には子どもに余計につらい思いをさせていた」という言葉が聞かれたのが今でも印象に残っています。

2. 話の進め方について



実際に話を進めていくうえでのポイントを順に示していきます。

〈準備段階として〉

患者自身・配偶者・周囲のおとなたちで事前に相談をし、考え方や対応のしかたを統一しておくことが必要です。

〈話をするタイミング〉

患者自身の心身の調子が良いタイミングで、「これから大事な話をしようと思うんだけど」「話を聞いてほしいんだけど」など、きっかけをきちんと作ったうえで十分な時間を確保して臨むようにしてください。

この時、「聞きたくない」「嫌だ」などの反応を示した時には、決して無理をせずに別の機会にあらためるようにしてください。聞くことを拒んで内容を伝えることができなくても、子どもに伝えようとしたという事実（やりとり）が大切であり、それだけでも意味のあることといえます。

〈どのような言葉で病気を伝えるか〉

はっきりと「がん」という言葉を用いて伝えていくのがよいでしょう。あいまいな表現で伝える

ことで余計な不安や心配を大きくしてしまうことがありますし、逆に実際の状況よりも過少に想像してしまう可能性もあるからです。やはり正しく伝えるためには、正確な言葉（年齢などに応じ工夫のうえで）で伝えることが必要です。

「がんと聞くと不安にさせるのではないか」「ショックを受けるのではないか」といった心配もあるかもしれませんが、たしかに、聞いた時には驚いたり・ショックを受けて落ち込んだり・情緒の不安定さなどが現れることもあります。しかし、不安を感じたりショックを受けることは正常な反応でありますし、伝えた後にどのようにフォローしたり今後対応していくかが大切になってきます。また、伝える時には「自分の子どもなら大丈夫」と、信じて話をしていくことも大切かもしれません。



〈医療に関する用語や内容について〉

病気・検査・治療の話が理解できるのかと思われるかもしれませんが、ここは「理解できるかどうか」ではなく、「理解できるように伝える」という考えのもとで進める必要があります。子どもの年齢や発達の状況により理解度が異なるのは事実ですが、一般的には小学生にもなれば伝え方を工夫すれば十分に理解できますし、もう少し小さい年齢であっても重要なことの理解はできるといわれています。子どもの立場からすると、「家族の中で仲間外れにならない」「自分にだけ秘密があるのでは」と思わせないようにすることが大切です。

〈気になった時には聞いてもよいことを伝える〉

話を聞いた時にはわかっているけど、時間が経過するとわからないことが出てきたり、治療によっては気になることが出てくるかもしれません。「気





になること（質問）があれば、いつでも尋ねてもよい」と伝えておくことも大切です。こうして、いつでもおとなたちと話をしてもよい状況を整えておくことが、子どもの心理的負担などを緩和するために効果があると考えられています。

3. 大切な話からのその後と対応

〈その後の子どもへの対応〉

大切な話をした後の子どもの反応や様子は様々で、なかには情緒面が不安定になったり、見るからに元気がなさそうになったり、気になる言動を示すケースもあります。しかし、さきほども書きましたが、このような反応は決して異常な反応ではなく、正常な反応のひとつなのです。したがって、支えるおとなたちがまずは一呼吸おき、落ち着いて対応していくことが大切です。また、一方では大切な話をした後もまったく普段と何も変わった様子は見られず、本当にきちんと話を聞いて理解してくれているのかなと疑う場合も少なくありません。しかし、これもまた子どものひとつの“正常な反応”と考えられます。これまで、私の経験のなかではこどもが状況を理解できていない、あるいは真面目に話を聞いていなかったということはありませんでした。心のなかで「気持ちの整理をしている」「信じたくない気持ちがある」と感じていることが多く、このような時にはそっと見守ってあげることが大切です。

〈おとなの気持ちの変化〉

大切な話を共有したあとには、「ホッとしました」「胸が軽くなった気がします」「これでコソコソ話をしなくてよくなりました」など、肯定的な心境の変化を経験される方が多いです。実は、これも子どもへの対応を考える際には重要なことで、おとなに気持ちの余裕が生まれることで、子どもにしっかりと向き合ったり冷静に対応をしていくことが可能となります。



4. さいごに

今回は子どもへの対応ということで、病気をどのように伝えるかについて中心に書きました。

今回の内容をご覧になり、もう少しいろいろ知りたい、実際に子どもへの対応に悩んでいるなどありましたら、“がん相談支援センター”にご相談下さい。そこから緩和ケアチームや臨床心理士へと相談することも可能です。ぜひ、悩みを抱えずにお気軽にご相談いただければと思います。

編集後記

一段と厳しい寒さ、引き続きの感染症拡大、身も心も縮こまってしまいそうです。ふと太陽の温もりを感じ、ほっとする瞬間に『晴れの国 岡山』のありがたさを感じます。一日も早く、日常を取り戻したいものです。



発行元：公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構 倉敷中央病院 緩和ケアチーム

編集委員長：佐野 薫（医師）

編集委員： 笠原 真由美（事務） 里見 史義（作業療法士） 平田 佳子（看護師） 50 音順