

## 発行者

兵庫県立リハビリテーション中央病院

〒651-2181

神戸市西区曙町 1070

TEL (078)927-2727

FAX (078)925-9203

<http://www.hwc.or.jp/hospital>

## さんぼみち

## 《小児科医からみた睡眠病棟》

本館3階東病棟のやや奥まった所に旅館を思わせる木の格子戸があります。ゆっくり開くそのドアをくぐって足を踏み入ると、いつもの彼女のピアノの音が聞こえてきます。聞き慣れたそのメロディーは初音ミクの「千本桜」という曲で、日によってその旋律はやさしく、時に激しくなります。目の前の広いスペースには大きな窓からたっぴり日が差し込み、朝食をとる子、ソファで談笑する子ども達、ジョーバに乗って読書する子など、皆がそれぞれの時間を過ごしています。

ここ3新病棟は、睡眠障害を主訴に入院し、検査や治療をするための小児病棟ですが、病衣やパジャマを着ている子ども達はどこにも見当たらず、注射や点滴の気配もありません。あるのはベッドの頭上を照らす高照度光治療機器と低温サウナ室、そして規則正しい生活のリズムです。

子ども達は午前9時から作業療法士とともに構内のウォーキングやバドミントン、バレーなどの運動で汗を流します。10時になると看護師のアナウンスに促され、デイルームへ子ども達が集まりラジオ体操が始まります。これは自由参加ではなく、全身を統一させて行う協調運動のひとつとして、治療の一環で行われています。

その後も検査や昼食、サウナ、入浴とスケジュールは続きますが、1日の時間の大半は自分で自由に過ごせる時間です。今や一人で部屋にひきこもりゲームやパソコンに夢中になっていた時間は失われ、代わりに退屈という時間の中から子ども同士が関わり合いながら、どのように過ごすか考えるきっかけが生まれます。人との関わりが苦手な子どもも、同じ悩みを共感し合える仲間と生活を共にすることで何かが変わっていきます。

思春期の子ども達が20人近く入院しているため、当然集団生活の中でのさまざまなトラブルも生じます。そのような場合は子ども達自身がその問題について考える良い機会と捉え、話し合う場として子ども会議が開かれます。最近では看護師、医師をファシリテーターとして、食事のマナー、就寝前の過ごし方、異性との接し方などについて子ども達同士で意見を申し合いました。

2ヶ月の長い入院治療の結果、変化が見られるのは体調や睡眠リズムだけではありません。ゲームの影響によるエアガンやナイフへの興味は、以前はその子の問題行動の原因となっていたましたが、訪問学級の体育の授業でのアーチェリー体験を通して健全なスポーツへの興味へと置き換わっていくようでした。

IT依存でひきこもりがちだった子も、仲間との関わりの中で子どもらしさを取り戻していきます。ITとの正しい関わりについて家族と一緒に考え、家庭内のルールを自ら作り、試験外泊で実践していくというステップをクリアしていきます。

また疲労が強く車椅子で入院した子が、毎日運動をすることで徐々に体力を取り戻し、背筋をのばして退院していく姿もとても印象的に映ります。

人は短期間でこれほどまで変わることができるのかと驚くと同時に、やはりここも日々成長し発達するダイナミックな存在である小児の病棟であることに気付かされるのです。

今彼らにとって必要な居場所であるこの病棟で、小児科医としてだけでなく、社会で出会う大人の一人として子ども達と接し、元気と自信を取り戻す姿をこれからも見守っていきたいと思います。







