

2011春 医師・看護師・介護職員増やせ！夜勤改善で安心・安全の医療・介護を！

# ナース・介護ウエーブ

広島県医労連：〒732-0827 広島市南区稻荷町 5-5 松田ビル 201号 / fax 082-262-1586

2011.5/10.No.6



広島での講演にあたって、講師からのメッセージが届きました。

夜勤を科学します。

## 講師からのコメント



### 1 6時間夜勤の阻止に共感と連帯そして科学的視点を！

(財) 労働科学研究所慢性疲労研究センター センター長 佐々木 司

16時間夜勤が、看護現場に入ってきている。それも土足で、しかも遠慮もなしに、そしてズカズカと。その原因は、16時間夜勤の経営的メリットが大きいとされることである。しかし、その経営的なメリットも、あくまで近視眼的なメリットであることは、看護師自身が知っているはずだ。なぜなら、まさに看護師や患者の安全、看護師の健康、生活の質の犠牲を強いて、このメリットを絞りだしているからである。いずれ、このメリットも看護師の疲弊によって、雲散霧消して、負債だけが残る可能性が大きいのに。それにしても、なぜわが国では、16時間夜勤という、どこの世界にも常態として存在しない、とんでもない勤務制度が大手を振っているのだろうか？

その答えは、3つあると筆者は考えている。1つ目は、医療を担うステークスホルダーに「夜勤はツライ、夜勤は危険だ」という共感が無いからだ。当然、当事者の看護師は、夜勤がツライ、危険なことを知っている。しかし病院経営者はもちろん、医療を提供される患者やその家族が、看護師の夜勤がツライ危険などとは思っていない。どうしてか？それは、いかなる先進工業国でも夜間に働いている労働者は20%しかおらず、残りの80%は夜間には働いていないからだ。だから、夜勤がツライとか、夜勤がどれだけ安全上、危険であるかなどは、夜勤をやったことのない一般人には、想像すらできないのである。誤解を招くことを承知で述べれば、労働組合で働いている人でさえも、夜勤をやったことがないならば、夜勤のツラさを理解するのは難しい。

2つ目は、看護師は、忙しい。最近の病棟は、とにかく忙しいからだ。忙しいゆえに、看護師も近視眼的な行動をとりがちだ。忙しいゆえに、とくに若い看護師は、生涯にわたって看護師を続けていこうなどの展望も持ちにくい。常に、毎日の忙しさの処理とそれによる疲労の回復に関心が向いていて、長期的な展望などなかなか持ちえない。たしかに毎日の積み重ねが未来ということなのだが、将来を見越して今を生きる生き方と、近視眼的な生き方では、心の余裕一つとっても違うものだ。考えてみると、昔から、看護師は生活調整をしていて、勤務と家庭の仕事をなんとかこなしてきたということは有名な事実だ。それは「何はさておいても、これだけはする」、「こういうことはやらない、あきらめている」、「することはするが、ためておいて後でまとめてする」、「かわりもののですます。かわりの人に頼む」の4つにまとめることができる。もっとも程度が重い4番目の「かわりのもののですます。かわりの人に頼む」とはこういうことだ。たとえば、保育園の送り迎えを見ても、どの子どもの親が看護師かは保育園に半年も通えば、わかってしまう。看護師の子どもは、実にいろんな人が送り迎えをしているからである。では、この4つの生活調整が16時間夜勤になって、改善されたであろうか？答えは「ノー」だ。16時間夜勤は、8時間夜勤よりも疲労を進展させやすいため、これまで以上に看護師を近視眼的行動に拘束してしまう。それに抗うためには、やはり連帯だろう。一人、一人の力は小さい。しかしそれが合わさることで、それ以上の力を生む。いまの現場は忙しく、昔の比ではない。だからこそ、連帯が必要だと思う。

3つ目は、看護師は交渉する「効率的」な手段を持っていないからだ。効率的な交渉手段とは「科学」である。まだまだわが国には、科学信仰が存在する。声を大きく出して訴えることも大切だが、小さな声でも「客観的」で「科学的」データを「数値」で示して訴えることも大切だ。「科学」というと、毛嫌いする看護師がいる。でもそれは違う。実は、看護師という職業は、「科学」と相性がよいのだ。たとえば看護師なら、だれでも点滴ボトルの残量の計算が得意だろう。それ一つとっても科学的素養があると考えてよい。また運が良いことに、夜勤問題を科学的に研究している国際産業保健学会の夜勤交代勤務科学委員会にはデータがわんさかある。これらのデータを大いに活用してほしい。最近では、夜勤の危険性は、ビール中瓶1本を飲んだ時の状態と同等であるとか、長期間夜勤を行った看護師は乳がんや前立腺がんになりやすいとか、看護師の過労死の原因は夜勤にあるなど、16時間夜勤を推進する経営者を震え上がらせる様々な知見が報告されている。

このように16時間夜勤の阻止には、まずは、ステークスホルダー間に共感を醸成して社会的な味方を得ること、次に看護師間の連帯によって近視眼的行動から脱却して生活に余裕を作ること、そして最後は、その余裕の時間に、科学的知見を学び、それを適用するという道筋を辿るとよいだろう。

では、16時間夜勤のオルタナティブは何か？それは、まず正循環、つまり時計回りの8時間3交代の夜勤である。筆者は、広島では、すでに昔からこの夜勤制度を行っている広島市民病院の看護師が、安全で健康的で、しかも離職も少ないと聞いて、大いに励まされているところだ。