堀ノ内病院地域医療センター在宅診療科
堀越洋一　医師の話

――最期まで住み慣れた自宅で過ごしたい

私どもは、人生の最終段階をご本人が望む形で過ごせるように支援しています。自然な形で人生会議を実現し、住み慣れた自宅で最期を迎えることができた患者さんと、そのご家族のことを紹介します。

その患者さんは、入院中、余命6か月程度と説明を受け、残りの時間を自宅で自由に過ごしたいと退院しました。家族の理解と協力の下、医療・介護サービスの支援を受けつつ、隅々に自分の半生の思い出が満ちている自宅で療養を継続することになりました。3か月ほど過ぎた日、訪問看護師から、「血圧が低下して努力呼吸（死期が近づいている兆候）になっており、今朝、息子さんは入院させるようにと言い残して出勤した。どうしたらよいか？」と相談がありました。自分が戻るまではお母さんに生きていて欲しいという息子さんの切なる願いがあったのでしょう。

映画「人生をしまう時間（とき）」より
小堀鴎一郎医師による在宅診療の様子

ご自宅を訪問したところ、ベッドサイドでは娘さんとお孫さんが患者さんの手を握っています。患者さんは、私を見つめて小さくうなずきました。私は娘さんに、「息子さんが死に際に間に合うように入院させることは、命の火が消えるのを少しでも引き延ばすということ、つまり、人工呼吸などの医療処置をしなければならない。それはご本人にとっては楽なことではないだろうし、ためらわれるところです。」と話しました。娘さんが、兄には直接話してほしいとおっしゃったので、電話で話しました。息子さんは、最期の時に間に合わないかもしれない、自宅で息を引き取るお母さんを見守る不安などの気持ちを話されました。そして、できるだけ速やかに帰宅していただくことになりました。

――自宅で母を看取ることができて、今は良かった

数時間後、息を引き取ったと連絡があり、お宅に伺いました。息子さんはこんな風におっしゃいました。「自分が帰宅したら、母は私に視線を合わせ目を見開きました。私が手を握ると握り返してくれました。一時間ほどしてスーッと力が抜けて呼吸が止まりました。母は私を待ってくれていたのだと感じました。家で人が亡くなるのは初めての経験で不安がありましたが、今は良かったなと思っています。」

――思いを伝えるということ

住み慣れた自宅で最期を迎えたいと、ご本人ははっきりと言葉にして周囲に伝えていました。最期を目前に動揺する息子さんでしたが、伝えられていたお母さんの言葉があればこそ、お母さんの意に沿う終わり方を受け入れたのでしょう。

――一人ひとりができること

どこでどのような医療を受けたいのか、こうした選択をご本人は元より、ご家族も求められています。自分の価値観や人生観、もしもの時のことを、元気なうちに大切な家族とあらかじめ話し合っておく、言葉にしておく、そうした備えが求められています。

※「堀ノ内病院だより」の寄稿を、広報用に編集・加筆しています

今こそ人生会議を。

――あなたはどこで最期を迎えたいですか？

もしものときのために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、話し合い、共有する取組を「人生会議」と呼びます。人生の最期まで自分らしく生きるために、そして家族や大切な人が安心できるように、周囲の人たちと人生の最終段階の医療やケアについて話し合ってみませんか。

11月30日（イイミトリ・ミトラレ）は「人生会議の日」

／問合せ‖介護保険課 ☎048-424-5186／

話し合いの進め方

STEP/01　大切にしていることは何か考えてみましょう

例えば…
- 自分のことは自分でやりたい
- 家族には負担をかけたくない
- 少しでも長く生きたい
- 仕事や社会的役割を続けたい
- 最期まで家で過ごしたい
- こんな医療や介護を受けたい

STEP/02　信頼できる人は誰か考えてみましょう

いざという時に、治療やケアについてあなたの代わりに話し合ってほしい人は誰か考えましょう。

STEP/03　伝えましょう

身の回りの人や医療・介護従事者の方など、あなたが信頼できる人に、いざという時の治療やケアについて、あなたの意思を伝えましょう。

心身の状態に応じて、意思は変化することがあります。
何度でも繰り返し考え、話し合いましょう。

■自分の考えを整理するためにノートなどに書き留めておきましょう

市では、「人生会議」を踏まえたノートを3月頃に配布する予定です。ノートを記入する準備として、自分が大切にしていることは何か考えてみてください。

■人生会議DVDを配布します

県が作成した人生会議DVD「さあ始めよう、人生会議」を12月1日㈫から無料で配布します。

▼**対象**／市内在住の方

▼**配布場所**／介護保険課、各高齢者相談センター※郵送を希望する方は介護保険課までお問い合わせください