

2 「どんな病気で死にたいか？」

多くの疾患の場合、まず入院され治療後に在宅医療へと転換されるわけですが、いずれの病気であっても最期を在宅で迎えることは可能です。在宅医療の看取りまでの期間は、がん末期の場合で平均2カ月、その他の疾患では平均2年でした。（船戸クリニック平成25年調査）つまり、介護する側もその程度の期間は覚悟していただきたいと思います。

また、病名によって療養期間中の生活もかなり異なります。がん末期では、比較的若い人が多く意識も鮮明であることが多いです。病院から徒歩で帰宅してから、ほぼ寝たきりとなられ、全介護状態を経て最期を迎えることとなります。一方脳卒中などは、高齢者が多く麻痺や失語があり、誤嚥性肺炎や再発作など繰り返し徐々に最期を迎えられます。また、認知症なども増えており、認知症が直接の死因となることは少ないですが、心身の全機能の低下により最終的には誤嚥性肺炎で亡くなられることは多いです。

そして、病名にかかわらず、最終的には寝たきりとなり食べられなくなってオムツが付き、食事介助が必要になります。時に床ずれができることもあります。

最期の時が近づくと人は食べられなくなります。ここはとても重要なことですが、その時に、「食べないと死ぬ」とご家族は思われ「点滴をしてほしい」と言われます。気持ちちは分かりますが、本当は「死ぬ時期が来たから食べられない」と思っていたきたい。かつてはこの段階でも高カロリー輸液を点滴しました。その結果は幾分かの延命にはなったでしょうが、いずれ逝く宿命は避けられません。我々医療者も点滴をしなくてはなりませんが、そ

うした時には「自分だったらどうしてほしいか？」という視点で考えてみるのもよいでしょう。しかし、大事な人の命が直接関わる選択は難しいものです。そんな時は、医療者が家族に寄り添い最善を一緒に考えます。

死の準備はできていますか？

「自宅」と希望される人に一番重要な質問をします。「その準備はできていますか？」最後の最期はだれもが寝たきりとなり、大小便の排泄なども全てお願いすることになります。「あなたのオムツを替えてくれる人は誰ですか？」「その人との人間関係は良好ですか？」

また、「家族に迷惑をかけたくないから自宅療養は難しい」と思っている人、人生最後になって迷惑をかけない人はいません。本当は自宅療養がよいと思っているなら「迷惑かけろけどごめんね。どうぞ宜しくお願いします」と最初にお願ひしてしましましょう。オムツを替えてくれる人が「いいよ」と言ってくだされば、「ありがとう」とお礼を言えはよいのです。

どうぞ、今から、オムツ交換してくれるであろうその人との人間関係がよい人は継続いただき、よくない人はよくなるように修復ください。

以上、思いつくままに私の在宅医療の実際について簡単に紹介しました。在宅医療について詳しく知りたい人は、かかりつけ医や訪問診療を行っている医療機関、地域包括支援センターへご相談ください。

