

「治す医療」から、「治し、支える医療」を求めて……

最期まで自分らしく生きる 「医療」とのつき合い方

人生の最期を迎える場所の「希望」と「現実」

皆さんは「人生の最期」をどこで迎えたいですか？ やはり、家族に囲まれて穏やかに往生できれば、という人も多いのでは？

でも、現実はどうでしょうか。人口動態調査によると、自宅で最期を迎えた人はわずかに13%。ほとんどの人が病院などの施設で最期を迎えています。

その希望が叶えられない理由は、なんでしょう。ある調査では、いちばん多い回答は、家族に負担がかかるから。以下、症状が悪化したときに不安があるからという回答が多数を占めます。

つまり、できれば自宅で看取られたいけれども、現実の問題として

て、それは自分のわがままにすぎない、と考えている人が多いのでは？ 最期を自宅で迎えることはそれほど難しいのでしょうか。

「自宅で最期を迎えることは、十分に可能です」

そう言うのは、千葉県松戸市で長年にわたって在宅医療に力を注いでいる医師の和田忠志さんです。「残念ながら、在宅医療が進んでいる地域と、そうでない地域があります。また、核家族化や老老介護など、家族介護を難しくしている現実があることも確かです。在宅は難しい、施設介護でなければというケースもあるでしょう。ただ、自宅で最期まで暮らすにはテクニックがあり、専門家に相談することで解決策が見つかることも

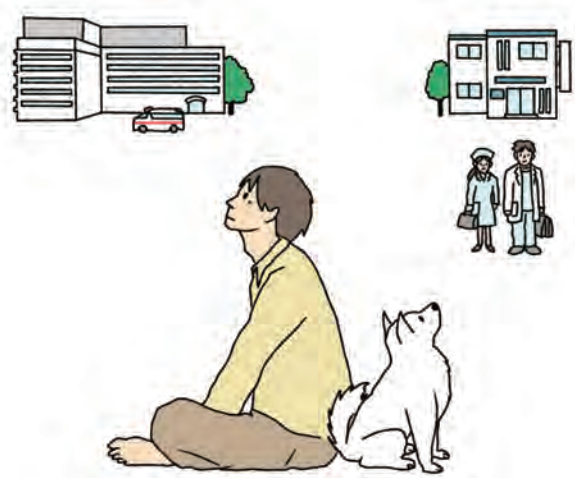
かなりあると思います」(和田医師)

在宅医を見つける具体的な方法は左ページで紹介していますが、忘れてはいけないのが「かかりつけ医」です。

通院が困難になったときに「先生、うちまで来てもらえませんか？」という、本当に信頼関係が構築されていれば、往診してくれる可能性もあると、和田医師はいいます。医療資源は地域によって充実度が異なりますから、一概にはいえませんが、あきらめずになんらかのアクションを起こす価値はありそうです。

最期まで自分らしく生きるために
地元の「在宅医療」を
チエック

最期の瞬間をどう迎えるかの選択権は、自分自身にあるはずで



それを実現するには、まずは自分が最期を迎える地域に、どのような医療資源・サービスがあるのかわ知らなければなりません。

そして、もうひとつ大切なことは、自分の気持ちを家族と共有することです。人生の最終段階をどう迎えるのか、人それぞれ病気や家族の状況も違うので、絶対的なひとつの正解があるわけではあり

ません。でも、だからこそ、自分がどう生きてどう死にたいのかを考え、医療との向き合い方を改めて見直してみることは、これからの超高齢社会をハッピーに生き抜くための道を、見つけやすくしてくれるはずで

和田忠志さん

わだ・ただし©2012年よりいらはら診療所在宅医療部長を務める。全国在宅療養支援診療所連絡会理事、日本在宅医学会認定医として、在宅医療に深く携わる。著書に、『在宅復帰支援 思いのほか自宅に帰れます』(南山堂)などがある。



在宅医を見つける方法

自宅での最期を望むなら、信頼できる在宅医を見つけることは必須といえるでしょう。下記のような方法を参考に、豊富な知識を持つ専門家に相談してみましょう。



□ 通院しているとき

開業医 かかりつけ医がいれば、その医師に相談。

病院 まずは主治医に相談。下に書いた相談室などに相談する手も。



□ 入院しているとき

1 病院の相談室へ 医療連携室や医療相談室などには、ソーシャルワーカーなどの専門家がいて相談できる。なかには医師の知らない情報を持っている人もいる。

2 地域で探す (A~Dの連絡先は、自治体配布の便覧などを利用)

A 訪問看護ステーション

自宅での看護サービスを提供する。医師の指示による医療行為や終末期のターミナルケア等も訪問看護でおこなう。

B 医師会

医師会というとハードルが高いイメージがあるかもしれないが、アクセスする価値はあり。

C 市町村役場の窓口

役場の健康・医療・福祉などの窓口で相談すれば、地域の医療情報が集約されているので、かなりの情報が得られるはず。どこに行けばいいかわからない場合には、総合案内などへ。

D 介護支援専門員(ケアマネージャーなど)

介護認定を受けている高齢者が在宅医療を受けているケースは少なくないため、ケアマネージャーなどの介護支援専門員も、多くの情報を持っている。

3 インターネット・書籍で探す インターネットや書籍も重要な情報源。ただ、情報の鮮度には注意を。ウェブサイトであれば更新日を確認することが重要。

得メモ——在宅医のリアルな情報が!

「訪問看護ステーションには、実際に在宅医療の現場で働いている看護師さんたちがいますから、その地域の在宅医についてのリアルな情報が集まっています。一度、訪ねてみることをおすすめします」(和田医師。以下同)

信頼できる「訪問看護ステーション」のチェックポイント

□ 24時間対応

「24時間、訪問看護に対応しているステーションは、それだけでそのステーションで働いている看護師のモチベーションを担保してくれます」

□ 一定の規模がある

「一概にはいえませんが、ある程度の規模を持っているステーションは、地域の患者さんからそれだけの信頼を得て、そのようになっているわけです。多くの患者さんに対応していれば、経験の蓄積も多いはず」