

# 千利狸の呟き

「あなたは、最期はどこで死にたいですか」と聞かれると、「自分は自宅が良い」と答える人が多いようです。ただ、日本では病院で亡くなる人が8割以上で、家で最期を迎えるという選択肢が提示されないままに病院で過ごす事もあり、これは大きな問題であると思います。

日本人は自分が人生の最終段階になったら本当のところは家で過ごしたいという希望があるようですが、現実的にはそれは難しいだろうと考えている人も多いようです。その理由として家族に肉体的・精神的に負担をかけるのではないかとという答えが一番多いそうです。確かに患者が入院していれば、患者に対するケアはすべて看護師等がやってくれます。患者が家に帰るとそういったケアも基本的には家族が行わなければなりません。また、常に患者の様子を見なければいけないので精神的にもストレスになることもあります。また、「家には医師や看護師も居ないし、何かあった時にどう対応して良いかわからず不安だ」という声も聞かれます。もちろん、介護力がなければ自宅で生活するというのは厳しくなります。しかし、逆に家族の中には精神的にも肉体的にも自宅で看ている方が意外と楽だという話も聞きます。家族が入院先の病院まで毎日通うのも結構大変ですが、そもそも病院という場所は患者の治療のために作られているのであって、あまり患者本人や家族がゆっくり過ごす環境が整備されているわけではありません。そして、患者は周りの目も常に気にしなければなりません。

今のコロナ禍では病院での面会がなかなかできない状況になっています。家族は、入院している患者について「今頃どうしているだろうか」、「ご飯をちゃんと食べているだろうか」、「寂しがっていないだろうか」などと気になります。しかし、患者本人が家にいると、少なくともそういった不安がありません。また、お互いに周りの目を気にする必要もなく自分のペースで生活ができます。このように、本人や家族にとって家に居ることはある意味では肉体的にも精神的にも楽なのかもしれません。

さて、ある患者の物語です。一人目は絶対に帰りたい、帰るんだと言って自分の家に無理やりに帰った人。二人目は自宅に帰る予定であったが、妻がやはり介護は無理と言って退院できず、結局は病院で

## ～ 帰る処、人生の最終段階 ～

黄昏狸

亡くなった人。三人目は外泊に出かけてから病院に帰ってほっとし、個室にたくさんの人がお見舞いに来てくれて紅白歌合戦を家族と病室で見て年越しをして、その後5日後に息を引き取った人。どれが良いかはわかりませんが、その人たちにはそれぞれの物語があります。多くの患者が家に帰りたいと最初は望むのですが、その人や家族にはいろいろな都合や思いがあり、そういう意味では決して住み慣れた家が良いというわけではありません。

その人は最後の最期までその人です。私たち医療介護関係者は自宅が一番良いと自分の基準でよかれと思う方へ誘導しようとしてはいなかったらどうかと皆で一度立ち止まってじっくり考えることが必要ではないでしょうか。

つまり、患者が「帰る処」は自宅でなくても良いのだと思います。人にはそれぞれの物語があり、その人の物語をしっかりと聞き、寄り添い、支えることが大切です。ただ傍らにいて、その人のぬくもりを感じ心象の絆があれば、患者が帰る処は自宅でも施設でも、病院でもいいのではないのでしょうか。病院で最期まで頑張りたい、ホスピス病棟に入りたい、最期は家で過ごしたいなどというイメージを持っておくだけで対応が違ってきます。そのためには、描いたイメージを家族や多職種と共有することが大切です。

昨今、核家族化が進んでおり、昔のような自宅での介護や看取りはできなくなっています。これから、高齢社会と共にもっと介護が大変な時代になっていくでしょう。自分たちもいつかは年を取り、認知症になったり、病気をしたり、寝たきりになったりして、自分の帰る処を考えると必ずやってきます。普段から帰る処、家族のかたちを考えていただきたいものです。

人生の最終段階になっても、いかに患者が穏やかな最期を迎えるか、それを周りがどのようにサポートするかが大切で、2018年には「人生の最終段階における医療の決定プロセスに関するガイドライン」ができました。人生の最終段階をめぐる問題は難しく、その答えはひとつではありません。大切なことは、「帰る処」を含めて健康なうちから家族や関係する多職種で話し合っておくことだと思います。