

めくもりほっとぷれす

NUKUMORI HOT PRESS

発行 NPO法人傾聴グループ めくもりほっとらいん
代表 渡邊 晴代
〒275-0021 習志野市袖ヶ浦6-9-2
TEL/FAX 047-451-7300
http://www.nukumorihotline.org/
編集責任者 吉野 秀子

めくもり講座

めくもり講座『残りの人生をしなやかに』全4回は延べ233名が参加し終了しました。終末期、自分らしく生きることを様々な視点から見つめた講座の後半をお伝えします。

第3回 清水哲郎氏

『残りの人生を どう生きましようか』
—今からしておく心積り—



清水哲郎氏
東京大学大学院人文
社会系研究科生医学・
応用倫理センター上
廣講座特任教授

最期の願いを妨げるもの

人は最期まで自分らしく元気で過ごし、ピンピンコロリでありたいと願う。

しかし高齢になり介護や医療を受けなければならなくなったとき、現実には自分らしく生きるという願いが妨げられてしまうことがある。

①遠慮と躊躇

原因は、世話になる人に迷惑をかけるためらいから遠慮し、世間の目を気にして介護サービスを使うことを躊躇することにある。

お互いに、今まで出来ていたことが出来なくなったりをそのまま受け入れる価値観を持つと、助けてもらうことが楽になるものである。

弱者を排除せず、個人を尊重しながら皆で一緒に生きること

を認め合う社会は、負担を減らすために用意されている社会資源である介護サービスなどを使う立場になったら遠慮なく堂々と使える意識に繋がっていく。

②医療の誤解

医療の役割についての誤解もある。

人々の死生観は少しずつ変化しているが、死に至るプロセスを医療が支配し、死は敗北だという考えがまだある。最期の医療の役割は延命優先でなく、その人の人生にとつての最善を考えたQOLの充実のためにされるべきものだ。

日本では医療やケアを適切に選ぶための情報が充分提供されないことがあり、本人や家族が意思決定する時の障害になっている。

例として、医師の説明が母親の余命の長さだけで、どういう生活になるかという具体的な説明が不十分な上、家族の情が強く反映されたため、結果的に母親本人の意思尊重がされない決定をしてしまったと後悔した話がある。

③家族の意思優先

家族は当事者の一人であると

いう立場で意思決定プロセスに参加するのが自然だが、どうしても家族の都合や発言が優先されやすい。これは洋の東西を問わず、遠くの親戚や嫁に出た娘が急にやってきて愛情や忠義心から、決定したことをひっくり返すことに顕著に表れている。

より良い最期の選択のために

それでは、人生最期の選択の時、本人や家族はどのような心積りが必要になるのか。

①柔軟な対応

人生の時間経過とともに心身の状態は変化していくものだ。心身状態の低下に相応して、希望・許容する医療の内容も変化するのには必至のことである。

同じ病であっても、歌手のりんくさんが生きる希望のために声帯を摘出し、高齢者が過酷な手術をせず会話のための声を残すという、よりその人らしい異なる選択をする例などはそれぞれある。

②心積りノート

本人が元気でいる今、人生を振り返りこれからも自分らしく生きるために、今後の暮らし・治療について「心積りノート」

を使って家族と一緒に考えて、書き入れていくという方法がある。出来ることを探す作業ととらえると良いかもしれない。

清水氏は、「残りの人生を考える」ということは、その人の生き方・価値観に思いを巡らし、本人の人生の集大成はどこにあるのか探り、元気なときから最期の時まで経過全般を見通すことで、今からしておく心積りが見えてくるものである。」と話された。

それは取りも直さず、自分らしく今をどう生きるのかという答えにたどり着いた講座だった。(文責 T・Y)

講師関連の本



「高齢者ケアと人工透析を考える」
本人・家族のための意思決定プロセスノート
監修…清水 哲郎
編集…会田 薫子

出版社…医学と看護社