

目次

はじめに 2

序章 大切な家族に「最期」が見えてきたら……

19

理想のラストライフに思いを寄せる 20

深い愛情に満ちた老夫婦の日々 21

余計な治療や介護はいらない。求めているのは「生きがい」 24

在宅介護が増える中、介護離職者が年間10万人という現状 25

理想の最期の場所は自宅。しかし叶うのはたった1割 29

その人らしい生き方を最期まで…… 31

月曜日のストーリー

寝たきりの状態になっても

「阪神タイガース」が生きる力になった患者

入院早々、退院を迫られる家族 34

医師が常駐する介護施設が見つからない 35

集団生活に向かない性格を危惧する家族 36

タイガースの勝利が気ままな患者を一変させた 37

旅立ちには「六甲おろし」大合唱の中で 39

なぜ一般病院は退院を迫るのか？ 43

脳梗塞の後遺症は、本人にも家族にも負担が大きい 43

長く入院させるほど赤字になるから退院を迫る 44

リハビリを担う病床もあるが、結局は早期退院が待っている 47

在宅も介護施設も難しい、第三の選択「療養病床」 49

「性格が悪いから」と入院や入所を断られることはあるのか 52

## 「自分の最期は自分で決める」と タバコを生きがいにした患者

施設では叶えてもらえなかった最後の願い 56  
自由にならない身体だからこそ、ストレスを少しでも軽減したい  
1日3回まで、好きな時間にタバコを吸える環境に 60  
苦しみも喜びも、自ら選択すれば悔いは残らない 62

### 患者のQOLをサポートする医療機関 64

要望に応えられないことを理由に患者を拒む介護施設 64  
終末期の患者に、誇りと充実感を与える医療とは 67

### 余命告知は誰のために必要なのか 68

「余命」の本当の意味とは 68  
家族への余命宣告は、本当に必要なのか 70  
生きる目標を持つために、本人への余命宣告はしない 72

## 寝たきり状態から立ちあがり 裸足で芝生を踏みしめた患者

家族の願いは「最期まで過ごせる場所」であること 76  
「一人暮らしは無理」だと宣告を受け、入所先探しに奔走 77  
高齢者の住む場所を、転々とさせたくないという家族の思い 79  
寝たきりの患者が、クラブ活動に参加するまでに回復 81  
土の上を歩きたい……その願いからスタートしたオーブンランチ 82  
朝陽の降り注ぐデイルームで家族だけのお別れの時間 84

### 「退院勧告」と「特養不足」で行き場を失う高齢者 86

誰もが医療を受けられる医療システムとは 86  
長期にわたって医療を受けながら療養できる、唯一の医療機関とは 88  
待機者が溢れる特養。一時入所が原則の老健。どちらも決定打にはならない  
施設で受けられる医療では、高齢者への治療は不十分になる 93  
90

## 患者に笑顔が増える病院の選び方 97

病を抱えながらも元気になっていく 97  
排泄物のおいがしない「病院らしくない」病院 99  
患者からのリクエストで新しい行事が増えていく 100

木曜日のストーリー

## 胃ろうを付けながらも、もう一度

### “お好み焼き”を食べることができた患者

二度の嚥下テストで「もう食べられない」と宣告された  
口腔ケアで味や香り、食べることを思い出してもらった 104  
お好み焼きのおいが、食べる意欲のきっかけに 109  
あつという間に普通食も食べられるように 112  
最新は食べさせない選択。そして苦しまない旅立ちへ 113  
胃ろうのメリット・デメリット 116

誤嚥性肺炎のリスクを減らすために胃ろうが付けられる  
介護をする人にとってメリットの大きい胃ろう 118

胃ろうにした途端、認知症が進むことはよくある話 121  
「胃ろうにすれば誤嚥性肺炎にならない」は嘘 122

## 口腔ケア＋食欲を蘇らせる独自のアイデア 123

適切な口腔ケアが「食べる」力を蘇らせる 123  
イベントが「食べる」きっかけになる 126  
郷土料理に銅パティー、高齢者を笑顔にするメニューの数々 128

金曜日のストーリー

## 鼻から栄養を取る寝たきりの状態から

### 食事やトイレでの排泄が可能になった患者

抑制するか、24時間付き添うか。苦しい選択を迫られた家族 134  
人間らしく生活するために——ミトンなし、抑制なしを実践 136  
鼻のチューブを抜いたら口から食べれば良い 138

食事を楽しむことから始まり、トイレで排泄ができるまで回復  
院内のクラブ活動が何よりの楽しみに 142

## 認知症だからこそその幸せを追求する「ラストライフ」 146

抑制は認知症患者を怯えさせ、暴言暴力のきっかけになってしまう

経管栄養の必要性を見極めるスタッフの能力が必要 148

前向きな看護目標がトイレでの排泄を可能にした 150

誰もが参加したくなる「楽しむ」リハビリを提案 151

「家族と外出したい」夢を叶えるためのリハビリ 153

趣味の囲碁がきっかけで歩行訓練に参加 154

褥瘡を回避するケア 156

家族だからこそ認知症のケアは難しい 158

パンツを20枚重ねばきした認知症患者 160

物を盗られた！家に帰りたい！でも大騒ぎするのは一瞬のこと 162

認知症の薬は、精神科医が処方することが望ましい 165

## 医療処置を拒否し

### 尊厳死の意思表示をした患者

自宅と同じ雰囲気です「やすらぎの特別室」

すべての治療を拒否。痛みに耐える最期を選んだ 171 170

特別室だから叶った一夜の思い出——真夜中のアロママッサージ 174

点灯式を早めたクリスマスイルミネーション 175

旅立ちの後の入浴で笑顔に 176

### 後悔のない終末期医療（ターミナルケア） 178

最期の生き方を自分で選択する強さ 178

圧倒的に不足している緩和ケア病棟 179

終末期の痛みや不調にスピード対応するために 180

最期まで治療の選択は本人と家族が行うホスピス 181

「自然死」「老衰死」のために医師ができること 183

## 安らかな眠りについた患者と 家族による最後の写真撮影

認知症のためにホスピスでの療養を断られて

188

「苦痛を取ってあげてほしい」それが家族の唯一の願い

189

最期の瞬間に立ち合いたい……「待ってて」と受話器越しに呼びかけた

190

家族とともに温かいエンゼルケア、そしてラストフォト

193

### 家族を癒やす最良のエンゼルケア

196

しっかりとお別れのできる環境づくり

196

家族ごとに違うエンゼルケアがあっている

197

### 悲しみを受容し再出発するためのグリーフケア

199

大切な人の死を乗り越えるための心の変化とは

199

喪失感を乗り越えられないと「ロスうつ」に陥る

202

しっかりと泣くことでストレスに耐えるホルモンが分泌される

203

## 家族が集まり一晩を共にしながら “ラストディナー”を実現させた患者

望む場所で、家族とともに最期を過ごしたい

208

愛らしいひ孫に癒やされる、穏やかな入院生活

209

思い出の味「肉じゃが」と「味噌汁」で家族水入らずの時間を

211

家族の選んだ最期。だから尊い

214

### 家族にしかできない最期のケア

216

頑張らせる最期も、家族が望んだものなら正解

216

看取りの後にもゆったりと流れる時間があった

218

安心して思い出深い一日を過ごせる特別室

219

序  
章

大切な家族に

「最期」が見えてきたら……

## 理想のラストライフに思いを寄せる

高齢になって自宅で生活できなくなったとき、あるいは病気療養が必要になったとき、どこでどのような生活をするのか――。

長く生きていけば、誰もが終の棲家をどうするのか、考えを巡らせるときがやってくるでしょう。家族のこと、経済的なこと、己の考える生き方など、一人ひとり、生活背景や思いは違うかもしれませんが。しかし、今までどう生きてきたとしても必ず最期のときはやってきます。

残された時間をどれだけ自分らしく、よりよく過ごすことができるのか。理想の終末期とはどのようなものなのか。そのお手本になるようなラストライフを送った方たちの話というのは、年齢を重ねた人、そしてその家族にとって勇気と希望を与えてくれるものです。

## 深い愛情に満ちた老夫婦の日々

私たちの病院は大阪府南部の緑豊かな河内長野市にあります。老寿サナトリウムは長期療養が必要な患者さんのための病院です。

私たちの病院に来るのは、末期がんや重度の障害を抱える人、難病の高齢者など、ある意味では「最期」を自覚している人たちも多くなります。投薬や手術などさまざまな治療を試した結果、回復の見込みがないとされた患者さんの多くは、これまでの闘病生活に憔悴しきった状態でやってきます。

高齢化が進む現代においては、共に介護が必要な、いわゆる「老老介護」になる夫婦も少なくないという現実があり、中には夫婦揃って入院するケースもあります。

ある3組の老夫婦の話をしてみましょう。

入院した時期はそれぞれ違いますが、ほぼ同時に3人の奥さんの病気が悪化したこ

とがありました。病院なので病室は男女別々ですが、それぞれのご主人が毎日揃って奥さんの病室を訪れ、まるで競うように献身的に看病をするのです。

身体をマッサージしたり話しかけたり手を握ったり……。私たちはご主人たちの愛情の深さに頭が下がる思いでした。

そのような日々がしばらく続くと、不思議なことに3人のご主人は入院時よりも体調が良くなり、身体の機能も回復していったのです。これは「奥さんを看病する」という目的ができたおかげだといえます。看病を受ける奥さんたちも、それぞれご主人が来ると表情を緩めて喜んでいました。

私たちは、そんなご夫婦の姿をほほえましく見ていたのですが、やがて3人の奥さんたちは、ほぼ同時期に旅立ちのときを迎えました。ご主人たちは最愛の妻を失った悲しみに暮れながらも、最期まで一緒に時間を過ごせたことを「幸せだった」と言ってくれたのです。

しかし季節が移り変わると、今度はご主人たちの病状が急激に悪化していきました。今まで、奥さんのために気丈に振る舞うことで体調が保たれていたのでしょうか。「生

きる目標」を失ったご主人たちは、ほどなく後を追うように旅立っていきました。

もし、この3組の夫婦が在宅介護をしていたら――。

おむつの交換や食事の世話、着替え、体位変換など、介護のすべてをご主人が担わなければならなかったはずです。デイサービスやホームヘルパーを利用したとしても、体力的、金銭的負担が大きい過酷な生活を送っていたかもしれませぬ。そんな中では、奥さんに対する慈しみの気持ちさえ失っていた可能性もあります。

入院を選択した彼らは、日常の介護を病院のスタッフに任せることができたからこそ、毎日穏やかに一緒に時間を過ごすことができたのです。

病院のスタッフは穏やかな夫婦の時間を決して邪魔しませんでした。女性の病室に男性患者さんが入室するわけですから、他の患者さんたちへの配慮はもちろん心掛けました。それぞれの夫婦が語らい、今までの人生に懐かしく思いを馳せるには十分な場所と時間を提供できたと思います。



余計な治療や介護はいらない。  
求めているのは「生きがい」

ここで3組の老夫婦の事例を紹介したのは、高齢になり病を患っている人であっても、確かな目的や目標があれば「生きよう」とする思いが呼び起こされ、身体の機能が回復する効果があるということを知ってもらいたかったためです。

高齢化が加速する日本において、病を患い、介護を必要とする高齢者の暮らしを守るために求められることは何でしょうか。適切な治療、プロフェッショナルによる介護——もちろんそうしたことも大切であり、欠かすことはできません。しかしながら忘れてならないのは、高齢者の置かれた場所が「その人らしく生きられる場所かどうか」ということです。

病気を治すためにつらい治療に耐えても、その揚げ句に体力を失ってしまえば、その後の生活は、やりたいこともできずにベッドで寝ているだけになってしまうかもしれません。

れません。十分な栄養を取るために流動食や点滴に頼ってしまったら、食事を「味わう」という大きな楽しみが奪われてしまいます。

どんなに高度な技術の治療や介護であったとしても、本人の「求めている暮らし」が実現できなければ、それは余計なお世話であって、人生を豊かにするものではありません。前述の老夫婦も、もし異性の入室に関して規制がある病院であったら、静かで穏やかな夫婦の時間は失われていたはずで