

## ＜ワン・ポイント・レクチャー＞ “”いのち”を紡ぐコース

### 第10回 地域は「終の棲家」となり得るでしょうか

キューブラー・ロス(E.Kübler-Ross)は、「家族は事情の許す範囲で、人生の最終段階にある方のそれまでの生活スタイルを維持することが、人生の最終段階にある方への最大の助けとなる。」と述べています。

たとえ、病院や施設はもとより、自宅で療養生活を送る場合であっても、それまでの生活スタイルを維持することが、患っている方にとっての QOL を保ち、高めるために大切なことなんですね。ところが、こういうことを言うと、「あのなあ、それまでの生活スタイルを維持するなんて言うけど、それをしようとするのはホンマに大変なことやで」って思われる方がほとんどではないかと思います。では何が大変かと言うと、まずは、家族は家族なりの生活(スタイル)があること、マンパワー(人手)の配置基準はクリアしているものの、さほど余裕のない病院や施設のスタッフにあっては沢山の方を受け持ちながらも、様々な業務を行っていることなどが、その主な理由として挙げられると思います。

いやいや、ロスの言っている言葉をよく見てください。彼女は“家族の事情の許す範囲で”と付け加えているはずです。決して無理をしないということを前提にして、患っている方のそれまでの生活スタイルをできる限り維持するように努めると、患っている方のみならずその方を取り巻く方たちの QOL(生活の質、生命の質)を高めることに繋がると言っています。

では、どのようにすれば双方の QOL を高めることに繋がるのでしょうか？

まずは、どのような余生を送るかについては人生の最終段階にある方の選択に任せることが大切です。さらに大切なことは、人生の最終段階にある方が自分の希望を出しても良いのだと感じることが出来る雰囲気、当事者を取り巻く家族、医療、介護スタッフなどが作り出すことでなんです。

もし、それまでの患者・家族(スタッフ)との関係性が良いもので、患者自身、判断能力を保つことが出来ている場合であれば、自分の希望のどこまでであれば叶えられそうかについては、十分に承知していると思います。そのささやかな希望すらも口することが出来ない関係性になっているようであれば、療養生活は心理的にも靈的にも苦痛なものでしかないと思います。

次に、留意すべきことは、“痛み(身体・心理・社会・靈的)”を抱えているのは患っている方のみではなく、家族も同じ4つの痛みを抱えながらも療養生活を支えようと努めていることです。そのような家族にとって、身内が人生の最終段階に入り、一番辛かったことと言えば、次の通りです

1. 苦しみを見ること
2. 真実を告げずに隠していたこと
3. 家族の看護・介護疲れ
4. 経済的負担と亡くなった後の生活のこと

5.満足できる病院に入院させることができなかったこと

6.最後に自宅で迎えさせられなかったこと

これらのことを踏まえると、自宅・地域が終の棲家となり、そこで人生の最終段階を“しあわせ”に過ごすために、本人・家族が意識しておくべき鉄則は次の3つと言えます。

- \* 本人としての“自分らしさ”を尊重する。
- \* 家族として、“やれることは精一杯やった”感を持つことが出来るほどに頑張ってみる。
- \* 頑張った結果、家族なり地域が限界に来た場合には、本人に遠慮することなく専門職に相談して、病院・施設への通所・入所を進めるようにする。(限界ぎりぎりまで頑張り過ぎず、ある程度余裕がある段階で次のステップへと話を進めることが大切)