

最期の迎え方

家でみとるには

自宅以最期まで過ごすには、どんな準備が必要なのか。連載第1部「家で」の取材を基に、ポイントをまとめた。(余村泰樹)

どこに相談する？

自宅のみとりをした緩和ケアの普及に取組む広島県緩和ケア家族にとって、24時間いつでも相談でき、急変時に駆け付けてくれる医師や訪問看護師が、まずは病院の主治医や看護師に、対応する訪問看護ステーションに直接連絡し、家でのみとりを実現していた。

自宅で過ごすうちに在宅療養のサポートが必要になった場合は、かかりつけ医やケアマネジャー、訪問看護ステーション、地域包括支援センターなどを相談窓口として挙げる人が多かった。

実際には、亡くなった人を継続して診察している医師がいて、病気や老衰で亡くなったことを判断してもらえば、検視は必要なく、警察も来ない。その医師に死亡診断書を書いてもらうことになる。

まず主治医や看護師に

終末期体調の変化が不安

食欲の低下や不規則な呼吸、つじつまの合わない言動…。死期が近づいた人の体にはさまざまな変化が起きる。広島県看護協会訪問看護ステーション「中央」(広島市中区)の保永康枝所長は「人が死に向かう経過を知らない」と、家でみとる家族は慌ててしまつ」と指摘する。

訪問診療に訪れる医師らに、予想される症状の変化をきちんと聞き、緩和ケアの普及に取組む広島県緩和ケア家族にとって、24時間いつでも相談でき、急変時に駆け付けてくれる医師や訪問看護師が、まずは病院の主治医や看護師に、対応する訪問看護ステーションに直接連絡し、家でのみとりを実現していた。

事前に医師らに聞く

死期が近づいた時の体の変化と対処法

- つじつまの合わないことを言う。手足を動かすなど落ち着かない
 - ▶ そばで話を聞いてあげると安心する
- 喉がごろごろ鳴る。下顎を動かすような呼吸。息が十数秒止まる
 - ▶ 苦しくはなく、自然の動き
- 周囲の音が聞こえにくい。物が見えにくい
 - ▶ 耳は最期まで聞こえるので話し掛ける



- うとうと寝ていることが多くなる
 - ▶ 話しておきたいことを伝える。会いたい人に会う機会をつくる
 - 手足がいつもより冷たく、色が紫色になる
 - ▶ 手足を軽くさすったり、マッサージしたりする
- (訪問看護ステーション「中央」の冊子から)

家で亡くなったら警察が来る？ 診断書で検視必要なし

取材で出会った医師らから「自宅で家族が亡くなったら、警察が来て、検視も必要になると誤解している患者さんや家族が多い」という話をよく聞いた。

最初から諦めないで 24時間対応の医療も

終末期を迎えた人や家族を支える活動が続けてきた「広島・ホスピスケアをすすめる会」代表、石口房子さん(60)に、最期まで自宅で療養するための心構えを聞いた。

自宅以最期を過ごすために大切なのは本人の強い意志です。「家がいい」とはつきりと言え、思いをかなえようとみんな動いてくれるはず。

広島・ホスピスケアをすすめる会代表
石口 房子さん(60)



石口 房子さん

がん末期など終末期の人が「病院から帰りたい」と思つたら、その時が退院のタイミング。強い痛みや激しい呼吸薬を抜える訪問看護師がいれば大丈夫です。考えや方向性が合う医師らを探しましょう。待つていたら帰れなくなることもあります。

家では病院より家族の負担は大きくなりますが、医療や介護のスタッフができる限り支えます。

病状が悪化すると、本人や家族も気持ちが揺れます。在宅療養を無理に続けるのはよくありません。無理と思つた時点で、入院や施設への入所

に切り替える方がいいんです。一人暮らしでがん末期の人でも、最期まで家で暮らせます。最後に50万円あれば、動けなくなった後、身の回りのことをしてくれる人を雇えます。お金がない人は元氣なうちから、友達同士3〜5人で介護チームをつくってはどうでしょうか。いきとつとで介護して助け合うので、きに介護して助け合うので

家を過ごしたいという思いを、最初から諦めないでください。まずは思いを周囲に伝え、方法を考えましょう。