

～QOL（クオリティ・オブ・ライフ）の向上をめざして～

「在宅ホスピスケア」を選ぶとき

近年、さまざまなメディアで、ホスピス・緩和ケアに関する話題が取り上げられ、参考になる情報も増えました。では「在宅」でのホスピス・緩和ケアはといえば、まだよく知られていないのが現状です。在宅での看取りとなりますと、本当に最期まで自宅で過ごすことは出来るのか、一体どのような療養生活になるのか、どんな人でも利用できるケアなのか、など様々な疑問が寄せられます。

出来ることなら自宅に帰りたい、自宅で過ごしたい、という希望を持つ患者さんやご家族はたくさんおられます。しかし、なかなかケアに対する実際のイメージがわからないためか、不安を感じられる方が少なくありません。

このような時に参考になるのは、実際に在宅でのケアを利用された患者さん、ご家族の経験、感想です。そこで今回は、在宅での療養生活、看取りを経験されたご遺族の声をいくつかご紹介したいと思います¹。

〈希望と不安のはざまでご自宅へ〉

ホスピス・緩和ケアを利用された患者さんの多くは、がんの患者さんです。なかには数年におよぶ闘病をされ、長期間にわたる入院を経験された方も少なくありません。そうした患者さんのなかには、なつかしいわが家に戻りたいと強く思う方がたくさんおられます。しかし、病棟を出て自宅に戻ることに、患者さんもご家族も不安を感じておられます。

「入院 2 か月、自宅介護 5 か月、点滴したまま退院しとても不安でしたが、母が点滴を非常にいやがったことで、先生が言ってくれた言葉、「患者さんがそんなにいやがるのでしたら、はずして様子みましょう」に、私たちは救われた気がしました。母はそれからとても元気になり、食べたり好きな歌をうたったり、家での 5 か月間は皆に世話して頂き、とても楽しかったのではないのでしょうか」（60代、患者さんの娘さん）

これはご遺族へのアンケートの自由回答欄に書かれていたご遺族の声のひとつです。病院は病気を治すための場所ですから、どうしても患者さんには治療のために、様々なことをがまんしてもらわねばなりません。しかし、ご自宅でのホスピス・緩和ケアでは、

患者さんとご家族のお気持ちを最優先しながらケアが行われます。

もともとご自宅は生活の場です。医療一色ではなく、普段通りの生活に近づけるような努力がなされます。こちらの事例では、患者さんは入院中の治療一色の生活からご自宅に戻られ、お気持ちや体調がよくなり、最期まで充実された時間をおくられたようです。

〈ホッとできる住み慣れたわが家〉

この数年で、在宅での緩和医療の水準は高くなり、がんの痛みの緩和、痛みの管理も病院と比べても遜色のないものになってきました。在宅での医療面の水準の向上によって、患者さんが安心してご自宅に戻れる条件は整いつつあります。

「病院での最後の期間は、本人はとてもしんが悪く、怒りっぽくなっていましたが、自宅に戻ってからは、とても落ち着いていました。痛みもかなり強かったようですが、介護のために来て下さったお医者様や看護師さん、ヘルパーさん等に常に感謝の気持ちで一杯だったようです。3週間という短い期間でしたが、住み慣れた家に戻って来られたという事は本当に嬉しいことだったようです」(70代、妻)

「自宅に戻ってその後一週間位は、病院ではなかなか見られなかった少し元気な感じと明るい感じが確かに見られ、やはり自宅が一番良い場所と思われて貰った」(60代、夫)

「夫は、病院では私には良い顔を見せませんでした。家で介護をする事になったら、夫の顔が変わって、毎日、ご飯も美味しいねとか、楽しいねといってくれる様になりました。その点、夫も私も最後まで良かったと思っています。夫は、最高の成仏が出来たと思っています」(60代、妻)

患者さんは大病をし、心身ともに大変な思いをされています。入院や治療のなかで、大きなストレスを感じています。そのような患者さんの姿を見守らねばならないご家族も、その辛そうな様子に心を痛めています。そのような患者さんがご自宅に戻ってきた時のほっとした顔、うれしそうな、生き生きした表情が、このお三方の文章から伝わってきます。こうした思い出が、ご遺族にとって忘れられないものとなっている様子がうかがわれます。

「故人は病院はもういやだと言って、在宅医療を「がんセンター」より紹介して頂き、利用してとても良かったと思います。最期まで家族と一緒に過ごす事が出来て、穏やかに息を引き取ったと思います。家族に対しても医師や看護師の方々も優しく接して下さい、少しでも気が楽になる様なお話をして下さいました」(40代、娘)

人生の最期に充実した時間をもつことができたということは、患者さんのクオリティ・オブ・ライフ(=人生の質、生活の質)が良かった、というだけではありません。ご家族にとっても、かけがえのない時間、思い出をもつことができた、ということにもつながります。自宅という場には、こうしたことを可能にする力があるように思われてなりません。

それぞれの患者さんとご家族のその時々思い、意向を尊重するなかで、在宅ホスピス・緩和ケアは行われています。がんという大病に直面した患者さんとご家族の真剣な悩み、時には揺れる思いを前に、「在宅」が安心して選ぶことができる、良き選択肢のうちのひとつになるための努力は、今も現場で続けられています。今後は、さらに在宅を経験された方々が、在宅のどこによさを感じ、あるいは不安を感じたか、在宅ではどのようなことが出来て、はたまたどのような問題に直面したのかを、さまざまな角度からご紹介していきたいと思います。

医療法人社団 爽秋会 相澤 出

¹ 東北在宅ホスピスケア研究会、2008、『在宅ホスピスご遺族アンケート報告書』より。