

書籍紹介 「自宅で死ぬということ 死には自分で選ぶ～自分の家で後悔せずに死ぬ方法～」(講談社)

著者 平尾 良雄

この度、当会で1冊の書籍を購入しました。その本について紹介します。著者は埼玉県北本市にある「ひらお内科クリニック」院長の平尾良雄先生です。在宅医・心療内科医として15年間にわたる経験をもとに書かれています。「できれば病院ではなく住み慣れた我が家で最期の日々を送りたい」、「最期の時を家族のいる自宅で送らせてあげたい」と思っている方も、在宅療養の実際がわからず不安や疑問だらけと感じている方が多いのではないのでしょうか。本書はそのような疑問に対して具体的に答えています。この1冊を読みさえすれば誰でも在宅療養とはどんなものか把握できるようにまとめられています。よく使われる専門用語に対しては文面の中で解釈が付け加えられています。また、患者さん、ご家族の事例も多く掲載されており、一般の方が手に取られても大変わかりやすい内容になっています。がんの宣告、余命の告知、在宅への移行、在宅療養中の生活などその時々にかかる問題や出来事に対しては考えられることや準備しておきたいことなどが一連の流れに沿って懇切丁寧に述べられています。今では、終末期に関する本がたくさん出回るようになりました。しかし、心の問題まで深く触れた書籍は少数です。自らの死や家族の死をどう受け止めたらいいのか。心が折れそうな時に何を支えにすればいいのか。本書はこうした複雑な心の問題まで触れています。心療内科医としての専門医だからこそと思いました。

いずれ誰にでも死は訪れます。最期まで自分らしく生きるにはどうしたらいいのか。後悔しない死に方、後悔しない生き方についてこの機会に考えてみてはどうでしょうか。著者は次のように述べています。「できれば皆さんご自身が病気になる前に読んでほしい。そして考えてほしい。病気になってからでは自分の意思で生き方(逝き方)を選べなくなるからです」と。

(事務局 石上)