

「在宅ホスピス」という仕組み



あと数年もすれば、毎年 150 万人もの日本人が死ぬ。どう死ぬのがベストなのか。かつて著者は『病院で死ぬということ』で、末期がん患者の多くが、病院で苦しみながらみじめに死んでいく実態を描いた。では、尊厳をもって死ぬにはどうすればよかったのか。本書は 25 年後にたどり着いたその問いへの答えである。

末期がん患者が人間らしく生きるために、著者らはホスピス（緩和ケア病棟）を立ち上げた。そこでは痛みを取り除くのはもちろん、一般病棟から独立した病棟で、できるだけ家庭と同じ環境にして多職種チームで支えた。ホスピスケアで終末期医療の課題はほぼ解決したかに見えたが、そうではなかった。ホスピスは終末期のがんとエイズの末期に限られ、24 時間の訪問看護体制もなかった。そのうえ患者から「本音を言えば、家に居たかった」と言われたのだ。

患者が在宅でのホスピスケアを望むなら、ホスピスで待たずにこちらから出かけていけばいいではないか。こうして「在宅ホスピス」という仕組みにたどり着く。「24 時間適切な緩和ケアができる医療と亡くなるまでの介護」があれば、独居であっても最期まで自宅で過ごすことは可能だ。著者は、これを点ではなく「地域」という面で支えようと考えた。「ケアタウン構想」である。地域とは、中心となる事業所から半径 3 キロ～4 キロ圏内。そのために 24 時間対応の診療所や訪問看護ステーション、独り暮らしが困難なら「いつぶく荘」を、食事の用意できない人には配食サービスを提供した。これが「ケアタウン小平」だ。患者の目線に沿った実にきめ細やかな配慮や「死にゆく人はみな師匠である」とする謙虚さから、終末期医療にかける著者の執念を感じる。

在宅には、ホスピスでは決して見られない患者がいた。自由に寝返りを打ちたいと、部屋いっぱい布団を敷き詰める人。好きな音楽を聴きながら朝からウイスキーを飲む男性。母の手作りの料理に舌鼓を打ちながら母と会話を楽しむ女性——。最期まで主役でいたい。自宅にはそれを叶（かな）えてくれる自由がある。彼らからそんな喜びが伝わってくる。住み慣れた家で死にたいと願う人には、格好の手引書にちがいない。

眠るように旅立つには

母が最後の入院をしているあいだに、いろいろなものが不要になっていった。家を出るときに身に着けていたコートや靴、そのうちにガウンやスリッパ、食事用の箸まで。本来の持ち主が二度と使うことのない品物を数え、すべてをまとめて病院を去る日がくることを恐れた。帰りたいのに、帰らねばならないのがこわい。回復するためではない入院は矛盾に満ちている。自分らしくあるための最後の局面を、最大の力を発揮できるフィールドで迎えられればと、誰もが願うことだろう。

著者は、病院での終末期医療に疑問を感じて、ホスピス（緩和ケア病棟）を立ち上げた。そこでは最後まで尊厳を持って生きることが可能で、家族からも「自分も死期が迫ったらここに来たい」と高く評価された。それでも多くの患者さんが「本音を言えば、家に居たかった」と口にするという。

どんなに環境が整っているホスピスでも、患者さんにとっては「アウェイ」であり、たとえ問題があっても自宅は「ホーム」である。それならばホスピスチームの方から出向けばいい。著者は地域の中でホスピスケアを提供する「ケアタウン構想」の実現に動いた。現在は東京都小平市で、24時間対応の訪問医療・看護、ケアマネージメント等から成る「ケアタウン小平チーム」を率いている。

本書は「在宅ホスピス」に必要な仕組みについて、医療のありかただけでなく、患者さん自身・家族（遺族）・地域・社会制度等、あらゆる側面から論じたものである。どのページにも、現場の実践に裏打ちされた、具体的な方策や提言が示されている。そして、自身の死や身近な人の死に向かい合わねばならない時、次の言葉を知っておくことが力になるだろう。「適切な緩和ケアができれば、死ぬときに苦しむことは、まずありません。眠るがごとく旅立てる場合がほとんどですよ」

読売新聞 2018年5月14日 評・本郷恵子（中世史学者・東京大教授）

◇やまざき・ふみお＝1947年生まれ。在宅緩和ケア充実診療所 ケアタウン小平クリニック院長として訪問診療に従事している。

「在宅ホスピス」という仕組み（新潮選書）

著者：山崎 章郎

出版：新潮社

価格：1,404円（税込み）