

家で天寿を全うする方法

医学博士 太田秀樹

{平均寿命と健康寿命}

～男性 80, 21歳—71, 19歳= 9, 02年間

～女性 86, 61歳—74, 21歳=12, 40年間

高齢者こそ医師のチェックが必要～医師を診断してみよう～

医師もケアマネージャーも合わなければ変える、気楽に往診してくれる先生・近所の評判のいい人、実際に在宅医療を経験したご家族の情報も大切、薬を沢山くれる・検査が多い・ほとんど会話のない先生・安定しているのに2週間毎に通院を指示する先生(薬は90日間 OK)は替える。

ある病院での調査で、ケアマネージャーは何をする人か分かっていると答えた医師は3割、医師・ケアマネージャーを選ぶことは配偶者を選ぶと同じ位、人生にとって大事。

介護保険を使う保険とは「認知症」と「脳卒中後遺症」自分がどういうケアサービスを受けたいか、そのサービスのコーディネーターとしてケアマネージャーが存在する。

国民の終末医療に対する意識調査では60～80%の人が在宅での見取りを希望。健康寿命の長い社会を目指す法律が2014年6月国会を通った・要するに在宅医療を法律で推進する、健康保険では何人の医師にかかってもよいが介護保険では支払金額に上限があり、ケアマネージャーがその番人です。

ゴージャスな有料老人ホームの心貧しいケア

～或る有料老人ホームではあまり医師の往診を望まない、入居者にあまり長生きされると経営に支障をきたすから。

厚労省の元局長 M 氏

日経新聞のコラム欄に「在宅だと患者は癌で亡くなるが病院では治療の副作用で亡くなる」と大胆な発言をしていたが本当です。

2009年11月3日読売新聞「病院にズーといったら先はきっと寝たきり」という病院から逃げた人の話。

デンマークには「寝たきり老人」はいない、実際にデンマークを訪ねて保健省で聞いてきた「食事を取れなくなったら寿命が尽きるのになんで日本では栄養を送るのか？命をもてあそぶよりもっと大事なことがある」

人としての尊厳を大事にしている「医療はタダでも私たちがいい加減に使ったら本当に必要な人に医療ができないから無駄にできない」とデンマークの人は考えています。

癌末期の人が「温泉に入りたい」「富士山に登りたい」と言ったら最善を尽くして実現してあげたい。

在宅医療に関する調査では2週間は愛情と情熱、次の2ヶ月はケア技術が身につく、愛情のある介護者に勝るものはない。

日本では年間120万人がなくなり、その三分の一は癌で、その90%が病院で命を落としている、アメリカ・オランダでは病院で死んでいく人は30%程度、なぜなら治せない癌になったら積極的治療はやめて好きなことをして残った人生を楽しみたいと考える人が多い。

日本でも居心地のいい場所で好きなことをして残された人生を最大限に楽しむ人が増え始めている。

{ 死ぬまでの時間を共有する }

在宅で子供を看た親は死を受け入れるまでの時間が、そうでない親よりも早いとの研究結果もあり、自宅で癌と闘っている子供をズ～と看ていると、その苦しみが死によって解放されるという受け止め方ができるようで、在宅医療が持つ意義の一つとして、暮らしの中に生きる・死ぬという生命をもっと身近に感ずることができ、死が自然の営みであることを伝えられるのでは。

「4つのお願い」

終末医療の倫理を研究している内科医師 箕岡真子(東大大学院医学研究科で研究)

- ① 自分の意志を伝えられなくなったときに自分に代わって医療やケアに関する判断・決定をしてほしい人はだれか
- ② 残された人生を快適に過ごし、満ち足りたものにする為にはどのようにしてほしいか
- ③ 望む医療措置は何か、望まないものは何か
- ④ 大切な人に最後に伝えておきたいことは何か

2009年9月栃木県特別養護老人ホームで初めて「日中おむつゼロ」達成

活動方針「水・メシ・クソ・運動」の四大ケアで意識はっきり、夜よく眠れて排尿・排便も良好になると実践的に証明した。