

緩和ケア医「僕もあと2年なんです」

神戸市灘区の在宅ホスピス「関本クリニック」院長で医師の関本剛さん(44)は昨秋、肺がんとわかりました。「残りの人生は2年」との診断でした。およそ1千人のがん患者の体と心の痛みに寄り添ってきた緩和ケア医として、また患者として、がんと向き合い方を聞きました。(松尾由紀)

神戸の在宅ホスピス院長・関本剛さん 肺がんで余命診断



在宅ホスピス「関本クリニック」院長の関本剛さん
11月6日、神戸市灘区

病気がわかったのは昨年10月。数カ月前から息が詰って、肺のCTの結果ががん以外に考えられないものでした。「まさか」と固まりました。脳への転移もあり、提案された治療を受けても、「半数の人は2年(以内)で亡くなる」との説明でした。がん患者は身体的な苦痛だけでなく、抑うつなどの精神的な痛み、金銭や家族関係などの社会的な痛み、生きる意味を失うといったスピリチュアルな痛みも苦しむといえます。僕にとっての大きな苦痛は経済面でした。治療せずに早く死んだ方が妻と子にお金を残すことができ、とさえおっしゃりました。積極的な治療を向き合えたのは、働くことで治療費を賄えるなど、死後も含めた経済的な概算がわかってからです。患者となつて、新たに気づいたことがあります。

患者さんに心から共感 診療いっそう充実

するの気がなりました。医師や看護師も人間、患者さんの要望に沿えないこともありま。それでも「あなたを思うから」と理解してもらおうには目を見て、心をこめるところが大切な点と感じます。気持ちのこもった「がんばれ」はうれしくないけれど、僕に伝わらない励ましもありました。心がこもっているかどうか、患者はわかるのです。ここで問われているのは、日頃の人間関係です。患者と医師、友人同士でも、よく話を聞いて共感を見つづけること。すると、心から相手を感じやれるようになります。この先の人生が短いかもしれないとわかった時、最初は家族との時間を大切にしようと考えました。経済的な理由で仕事を続けましたが、診療がいっそう充実したのです。僕も患者さんに励まされるのがうれしく、これまで以上に患者さんの人生と並走できているように思っています。

本当のこと 子どもにもちゃんと伝え共有

な重い病気で悲しいんだ」という気持ちを共有できる方がいい。子どもがいる患者さんにも、そう動いています。長女は最初、「死んでほしいくない」と言いましたが、しばらくすると「死ぬまでにまた温泉に行こう」と。長女が頼もしくなりました。クリニックは在宅ホスピスですが、僕のみとでは「絶対に在宅」とこだわってはけません。プライバシーが守られる自宅、医療者がすぐに来られる病院のどちらにも、利点があると思えます。家族に大きな負担をかける状況になったら、ホスピス病棟へ入れてと言っています。終末期をどう迎えたいかを伝えておくことは、家族が混乱しないため、時にいさかいを起さないために必要です。家族に動画を残そうと、最近撮り始めました。つらくないかと聞かれることがありますが、楽しんでいきます。動画を撮らないで死ぬ方がつらい。「最善を期待しつつ、最悪に備えましょう」。患者さんにも伝えてきた言葉を、今は自分にも向けています。

関本さんは、著書「がんになった緩和ケア医が語る『残り2年』の生き方、考え方」(宝島社、税別1200円)を出版した。「医師と患者の立場から記録を残し、患者さんの役に立ちたい」という



関本剛さん
「残り2年」の生き方、考え方

緩和ケア

がんなどの生命を脅かす病に直面している患者とその家族に寄り添い、体の痛みだけでなく精神的な苦しみを和らげるためのケア。2007年に始まったのがん対策推進基本計画に「治療の初期段階からの推進」が盛り込まれ、ケアの提供体制が整えられてきた。

得た力を生かして

クリニック理事長で緩和ケア医の母雅子さんの話 息子の病気がわかり、つらい時期が続きました。みとりにかかっていますので最期の数日のしんどいイメージが見えてしまうのです。まだ起きていないことを嘆く「予期悲嘆」と認識しつつも、何度も泣きました。でも、スキーに行ったり、趣味の楽器を吹いたりする息子の姿に接し、前を向けるようになりました。息子が「僕もがんです。がんばりましょうね」と伝えることで、患者さんとのバリアーがなくなる場面を何度も見ました。共感の力です。がんになって得た力を医師として還元できるのは、素晴らしいことだと思っています。