

# 長尾先生との懇談会

- 1、開会
- 2、施設長より
- 3、長尾先生について
- 4、論題
- 5、閉会

長尾先生とは…

兵庫県尼崎市の長尾クリニック院長。在宅医。

人の死について、特に石飛先生が提唱された「平穏死」について、平穏死とはどういったものなのか、平穏死するにはどうしたら良いのか等も執筆された本の中で紹介されている。

★平穏死とは…

2010年に石飛幸三先生が出版された『平穏死のすすめ』で終末期の行き過ぎた延命治療について問題提起したものがはじめ。不必要な延命治療は行わず、痛みをとる緩和ケアは十分に受けて、人間の尊厳を最後まで保ちながら命を終えるという「尊厳死」と同義語。「自然死」も同様。

(『病院でも家でも満足して大往生する101のコツ』より)

※主な著書：『「平穏死」10の条件』『長尾和宏の死の授業』等…

## 看取りに関して…

### ①看取り（人が死ぬこと）に関して不安なことはなんですか？

- ・知り合い、家族が亡くなるという経験があると、すんなりとまではいかなくとも「死」を受け入れやすい。しかしそういった経験が少しもないとが死ぬということに受け入れられない部分があり、対応が分からず不安を感じる。
- ・自分が夜勤の時になくなってしまったら…と思うと不安になる。夜勤はエリアにつき1名体制で人数が少ないことと、常に看ていることが難しい為、いつ息を引き取ったのか、バイタルを測れなかった時等、後になって誰か（看護や家族、同僚や先輩、医者等）に言われるのでは…と不安になる。
- ・死に近い状態（無呼吸だったり脈が触れなくなってきたり）になると、マニュアルでの対応はわかっているものの、自分の心の準備が出来ていない為に不安になる。
- ・看取り対象の方が望む死に方の通りになっているかが不安になる。

### ②どのような気持ちで看取ってあげたらよいと思いますか？

- ・「看取りだから」といっていつもと違う新しいことを始めるのではなく、いつもの環境の中でいつものように…という気持ちで看取る事が出来たらよい。
- ・自分の勤務ではない日になくなってほしいと思う職員もいる。自分の時だからこそゆっくりと安らかに頑張らなくていいんだよ…と思えるようになればよいと思う。
- ・看取りの方が亡くなられる時に「自分の人生はよかった」と思えるようにしたい。
- ・ここで生活できてよかったと思っていただきたい。

### ③その他先生にききたいこと等看取りに関することならなんでもよいので記入してください。

- ・人が「死にたい」と思う時はどんな時だとお考えか。
- ・看取りをすることになった家族への精神的ケアや対応、声掛けの仕方についてどうしたらよいか。
- ・死を迎えてからの家族への対応もどうしてよいかわからないことがあった。
- ・看取りをすることで精神的に落ち込んでしまった職員がいたが、その時どのような声をかけていかなかったか。
- ・「死ぬこと」はマイナスイメージがあったり、タブー視されてきたことが多い。その為か亡くなったことを他の利用者さんに知らせないこともあった。他の利用者さんに対してどのように接したらいいのか迷うことがあったので、そのへんのアドバイスをいただきたい。
- ・両親に、死や看取りについて話したことがあったが、「そんな話をするな」と話ができなかったことがあった。死ぬことに対してのマイナスイメージから逃げず、正直に向き合って話すにはどうしたらよいか。
- ・先生は看取りのタイミングをどの場面でお考えになるか。  
体重減、摂食困難、意欲低下、傾眠等の場面を見て医者に伝えるが、医者へ伝えるタイミングが早くても遅くてもいけないので難しい。