



2000人以上看取った在宅医が語る 「延命治療」をやめるとき

平穏死10の条件

週刊朝日ムック「さいごまで自宅で診てくれるいいお医者さん」（朝日新聞出版）の出版記念講演会が1月27日、朝日新聞東京本社読者ホールで開催された。「平穏死」10の条件」などの著者で、同ムックを監修した長尾和宏医師が、延命治療のやめどきや在宅医の探し方などについて語った。講演の一部をお届けする。

自分の最期は自分で決める、これがなかなか難しいですね。国民の6割の人が自宅で最期を希望しているというデータがあります。しかし、現状、7割の人は医療機関で亡くなっているんです。願ってもかなわないのが現状です。

どんな病気になって死を迎えるかはさまざまですが、いずれにしても終末期を通じて死に至るわけです。突然死や事故死などを除けば、がんが認知症、心不全や呼吸器不全などの臓器不全症か、どれかにあてはまり、終末期になって死に至ります。ただ終末期は年々、医学の発達とともにわかりにくくなっています。どこから

が終末期なのかわからない、ということをやまず知ってほしい。医者もよくわかっているんです。

がんの場合、抗がん剤が発達してきています。余命1カ月で、もうだめだと言われても、新しい抗がん剤などが劇的に効いて、余命が数年延びるといふ人がいます。臓器不全症も、現代の医学で改善できるんですね。心不全でも入院して治療したらまた元気になる。何年も生き延びることもあります。認知症に関しては、どこから終末期かはよくわからない。

だから私から提案したいのは、患者さんから「先生、私、もう終末期じゃないですか？」と、言いだしっぺになつてみるということ。

平穏死は、終末期以降は過剰な治療は控えて、緩和医療はしっかりと受けて、あとにある自然な最期を迎えるということ。患者さんから言わないと、がんの場合、最期まで抗がん剤をうつことになり。本人がそれがよかつたらいいと思えますが、私は家族に聞いてみたんです。「どうして死ぬまで抗がん剤をうつんですか？」と。そしたら「病院の先生が『もう来なくていい』って言うから、続けた」と言いました。病院の先生にも同じことを聞いたんです。それから「家族が連れてきたから、うちました」と。お互いお見合いっこしてるんで

すね。なかには「そろそろやめますか？」と言ってくれるお医者さんもいますけど、言わない場合が多いです。いずれにしても終末期は見えない。見えないけども終末期はある。自分は終末

- ### 平穏死10の条件
- 第1の条件 平穏死できない現実を知ろう
 - 第2の条件 看取り実績がある在宅医を探そう
 - 第3の条件 勇気を出して葬儀屋さんと話してみよう
 - 第4の条件 平穏死させてくれる施設を選ぼう
 - 第5の条件 年金が多い人こそ、リビング・ウィルを表明しよう
 - 第6の条件 転倒→骨折→寝たきりを予防しよう
 - 第7の条件 救急車を呼ぶ意味を考えよう
 - 第8の条件 脱水は友。胸水・腹水は安易に抜いてはいけない
 - 第9の条件 24時間ルールを誤解するな！
自宅で死んでも警察沙汰にはならない！
 - 第10の条件 緩和医療の恩恵にあずかろう

【「平穏死」10の条件】(ブックマン社)から

期にあるのかないのか、闘病生活の中でちよつと考えてほしいなと思います。

言葉。脱水と言うと悪い言葉のように思う人も多いと思います。急に暑くなって熱中症になって脱水になる、これはよくない。だけど、病気ががんの末期、認知症でも、脱水があったら実は平穏死。平穏死の条件は脱水なんです。脱水があると、苦痛が少なくなります。かつ長生きします。

いいことばっかりです。これはがんでも、認知症でも、心不全でもみんないっしょ。平穏死の概念は病気の種類を問いません。心臓も何十年も動いていたら弱ってきます。水分含量が少ないからゆっくり動いています。そこにドバードと点滴をしたら、心臓はパンクしてしまいます。たったそれだけのことなんです。

らないですから、何度も話し合せて、家族も含め、そして納得のいくやめ方をしてほしい。それをしないと平穏死は難しいんじゃないかと思えます。

では、平穏死させてくれるお医者さんをどう探せばいいのかと、よく質問を受けます。自宅で最期まで診てくれる在宅医療は、ふつうの町医者、開業医でもしてくるところはありますが、24時間対応してくれるのは在宅療養支援診療所です。この診療所は、1年間の看取りの実績、往診の実績を厚生労働省に届け出なければならぬ。看取りと往診をしっかりとやっていることが条件なんです。

では、平穏死とは一言で言ったらなんなのか。それは「枯れる」ということ。枯れていく最期なんです。人生とは水分量の観点からいうと、水分がどんどん減っていくことです。生まれた時、赤ちゃんの水分は8割。成人は6割です。高齢者になると5割にまで減っていく。そして、平穏死寸前は4割くらいになる。枯れてしぼんで水分含量が少なくなつてドライになる。医学的には脱水という

言葉。脱水と言うと悪い言葉のように思う人も多いと思います。急に暑くなって熱中症になって脱水になる、これはよくない。だけど、病気ががんの末期、認知症でも、脱水があったら実は平穏死。平穏死の条件は脱水なんです。脱水があると、苦痛が少なくなります。かつ長生きします。

いいことばっかりです。これはがんでも、認知症でも、心不全でもみんないっしょ。平穏死の概念は病気の種類を問いません。心臓も何十年も動いていたら弱ってきます。水分含量が少ないからゆっくり動いています。そこにドバードと点滴をしたら、心臓はパンクしてしまいます。たったそれだけのことなんです。

らないですから、何度も話し合せて、家族も含め、そして納得のいくやめ方をしてほしい。それをしないと平穏死は難しいんじゃないかと思えます。

では、平穏死させてくれるお医者さんをどう探せばいいのかと、よく質問を受けます。自宅で最期まで診てくれる在宅医療は、ふつうの町医者、開業医でもしてくるところはありますが、24時間対応してくれるのは在宅療養支援診療所です。この診療所は、1年間の看取りの実績、往診の実績を厚生労働省に届け出なければならぬ。看取りと往診をしっかりとやっていることが条件なんです。

私は年間1000人ちよつとの人を看取りますけど、みんな平穏死ですね。みんな枯れてます。がんの場合でも痛みが少なくて、咳やたんで悩まない。呼吸困難がない、かつ、長生きできる

私は年間1000人ちよつとの人を看取りますけど、みんな平穏死ですね。みんな枯れてます。がんの場合でも痛みが少なくて、咳やたんで悩まない。呼吸困難がない、かつ、長生きできる

私は年間1000人ちよつとの人を看取りますけど、みんな平穏死ですね。みんな枯れてます。がんの場合でも痛みが少なくて、咳やたんで悩まない。呼吸困難がない、かつ、長生きできる

私は年間1000人ちよつとの人を看取りますけど、みんな平穏死ですね。みんな枯れてます。がんの場合でも痛みが少なくて、咳やたんで悩まない。呼吸困難がない、かつ、長生きできる

私は年間1000人ちよつとの人を看取りますけど、みんな平穏死ですね。みんな枯れてます。がんの場合でも痛みが少なくて、咳やたんで悩まない。呼吸困難がない、かつ、長生きできる

医学的には脱水という

医学的には脱水という

医学的には脱水という

医学的には脱水という

医学的には脱水という

岡野雄一ペロソスの母の泣きもの 84話のハートワームストーリー 発売中 定価1296円(税込み) 朝日新聞出版

さいごまで自宅で診てくれるいいお医者さん

家族と平穏死をかなえる完全ガイド。編集部が独自入手した厚生局データから、看取り実績が十分な全国2104診療所を掲載。『「平穏死」10の条件』の解説も

定価：980円(税込み) / 132ページ 好評発売中!!

草薨剛 「高倉健」を語る / 年収・貯蓄で違う 「死に方」格差

週刊朝日

3・2

400円

羽生結弦

大学合格ランキング

中央、法政、東京理科、明治学院、成城、
国際医療福祉、日本女子、東京女子、近畿…



ユヅ、がんばったね。