国民病 「膝の痛み」やってはいけない手術と薬

高尾山ディープ案内／スクープ 志穂美悦子の美しき裸体

カラー研究 「思い出す」とはどういうことか～脳内の秘境

週刊現代

ようやく決めた 1月解散 安倍の考え

11/19 定価430円
Weekly Gendai 2016 November

スクープ袋とじ 小柳ルミ子&志穂美悦子 超貴重な「ヌード写真」を本邦初公開！

早大卒・国体出場の異色女優 井上奈々 独占ヌード

まだまだ現役、こんなに楽しんでます 80歳からのセックス 現場報告

大研究 「オッパイ」と「女性の人生」を考察する

スクープ！ 日本経済「12月ショック」に備えよ

日銀の「極秘レポート」入手

株価1万3000円割れ、1ドル80円の衝撃

アメリカ大統領選 大ドンデン返し

プロ野球 糸井よ、山口よ、岸よ FAで幸せにはなれない

大橋巨泉さん 寿々子さん 夫人の手記「夫婦の愛とは何か」

「痛い死に方」ランキング ワースト50

膵臓がんほか「つらい時間が長くなる」がん 食事もできず、水も飲めなくなる死に方

全国民必読　史上初の徹底調査

「痛い死に方」ランキングワースト50

歳を重ねれば、死ぬこと自体は受け容れざるをえない。だが、苦痛を伴う死に方は勘弁してほしいと思うのが人情だ。「痛い死に方」と「理想の逝き方」を研究する。

I 立ち上がれないほどの痛みが体力と気力を奪い去る

膵臓がん、肝臓がんほか「つらい時間」が長くなるがん

想像を絶する苦しみ「がんの王様」

「当時71歳だった父の膵臓がんが発見されたときは、すでにステージⅣで、医者から余命半年と言われました。このステージでの5年生存率は10％以下だとわかっていたので、それなりに腹は決めていた。

ですが、その後の苦しみは想像を絶するものでした。背中や腰の痛みがだんだん激しくなり、本人は息をするのもつらいと言っていました。体重はすっかり落ちて痩せこけ、身体や眼の白目の部分が黄色くなる黄疸が出た。また、父は糖尿病を患っていたのですが、インスリンを出す膵臓をやられたことで、血糖値のコントロールができなくなり、病状は悪化していきました。

結局は、生きる気力も奪われて4ヵ月ほどで亡くなりました。俗に『がんの王様』と呼ばれる膵臓がんとの闘いは、こんなにむごいものかと思い知りました」

こう語るのは、山下雅史さん（仮名、57歳）。膵臓は体の奥のほうに位置し、周囲を胃や十二指腸、大腸、肝臓といった多くの臓器に囲まれているため、がんの発見が難しい。発見時の8割近くが手術不能の進行がんだというデータもある。しかも、強い痛みを伴うがんの典型例だ。

戦後、日本人の寿命が延びるに従い、どのような病気によって終末期を迎えるかは大きく変化してきた。187ページの表にあるように、現在では、約3割の人が、がんで亡くなっている。

最近では早期発見すれば手術で完治するがんも多いし、緩和ケアも広がってきているので、昔ほど痛くてつらい病気では

順位	病名	痛みを感じる部位	症状
1位	膵臓がん	背中・腹	初期の症状がなく、がんの中でも発見が遅れがち。死亡率の高さから「がんの王様」の異名も。膵臓の周囲には太い神経があり、そこにがんが浸潤すると激しい痛みを伴う。
2位	間質性肺炎	肺	肺胞と肺胞のあいだにある組織に炎症が起きる。急性増悪と呼ばれる悪化した状態になると、肺が広がらず、地獄のような苦しみに。水中で溺れ続けているような息苦しさ。
3位	肝臓がん	全身	肝臓は沈黙の臓器と呼ばれ、発見が遅れることが多い。体重減少、強い黄疸の他、腹水・胸水による呼吸困難を伴う。ただ、末期の肝性脳症では意識が朦朧とするので痛みは少ない。
4位	肺気腫	肺	肺に慢性的な炎症が起き、二酸化炭素と酸素の交換を行う肺胞の組織が壊れ、息を吐けない。人工呼吸も効かず、激しい息苦しさが続く。煙草を吸っている人に起こりやすい。
5位	多発性骨髄腫	全身	血液の悪性腫瘍の一つ。脊髄と肋骨、腰に痛みが出ることが多い。また、わずかな力を加えただけで骨折することも。合併症として腎機能障害、高カルシウム血症が起きやすい。
6位	上腸間膜動脈閉塞症	腹部	大腸や小腸に酸素と栄養を送る動脈が突然詰まる病気。七転八倒するほど痛い。早期に治療を行わなければ急速に状態が悪化し、死に至るが、なかなか診断がつかない場合がある。
7位	肺がん	肺、肩	がんの発生部位によっては呼吸の障害が進み、酸素を吸入しても苦しさは解消されない。また、脳、骨、肝臓などに転移もしやすい。神経に浸潤し、肩の痛みを伴う場合もある。
8位	腎不全	全身	腎臓は体内の毒を尿に変える役割を果たしている。それが機能しなくなると体が酸性に傾き、尿毒症になる。思考力低下、だるさ、しびれ、息苦しさ、吐き気などに悩まされる。
9位	脳腫瘍	全身	脳の腫瘍は手術が難しい。場所が場所だけに慢性的な頭痛、痙攣、吐き気、視神経の低下、運動神経の麻痺に加えて、記憶の障害や性格の変化などもあり、本人も家族もつらい病だ。
10位	胆管細胞がん	背中、みぞおち	平尾誠二氏や川島なお美さんの命を奪った難治性のがん。膵臓がんと同じく、発見が難しく進行した状態で見つかることが多い。周囲に神経があり、浸潤すると背中から腹部が痛む。
11位	腸閉塞（イレウス）	腹・全身	腸が詰まったり、運動しなくなることで排泄不能に。腹痛、嘔吐、腹部膨満感。横隔膜が押し上げられ、呼吸が苦しくなる。鼻からチューブを入れて腸液を排出することも。
12位	白血病	全身	骨髄でつくられる血球に遺伝子変異があり、白血球が異常に増殖する血液のがん。皮膚や骨に転移し、背中や腰が痛む。また、血小板が減少することで、あざができやすくなる。
13位	卵巣がん	下腹部・腰	発見が遅れがちで死亡率の高いがん。近くの臓器だけでなく、リンパ液の流れに乗って広く転移しやすい。骨盤に転移すると回復の見込みはない。急激な下腹部痛に襲われる。
14位	脳幹出血	頭	脳と脊髄を結ぶ脳幹で起きる出血。頭痛の他に、めまい、手足の麻痺やしびれ、言語障害などが現れる。一命を取り留めたとしても、手術が難しい部位なので後遺症も残りやすい。
15位	誤嚥性肺炎	肺	食べたものが気管に入ってしまい、細菌が肺で繁殖することが原因。嚥下力の衰えた高齢者に多く、死に至る場合が多い。熱や咳を伴うが診断が難しい。最終的に呼吸困難に。

なくなったがんもあるが、部位によってはやはり「いっそ殺してほしい」と思うほどの痛みを伴うこともある。

太い神経に浸潤して激痛が走る

日の出ヶ丘病院のホスピス相談医、小野寺時夫氏が語る。

「がんになったすべての人が痛みを感じるわけではないですが、およそ7割の患者には身体的苦痛があります。命に関わる病で最も苦痛が大きいのが、がんという病気なのです。とりわけ膵臓の後ろ側には腹腔神経叢があり、がんがここを圧迫すると激痛があります。さらに肝転移を伴うと強い吐き気が出てくる」

このような苦しみが絶え間なく、朝から晩まで、しかも数ヵ月以上にわたって続くのだ。

順位	病名	痛みを感じる部位	症状
16位	急性膵炎	みぞおち	胃の後ろ側にある膵臓に激しい炎症が起きる状態。みぞおちあたりに激しい痛みを生じ、吐き気を伴うこともある。痛みは両膝を抱えていなければ耐えられないほどの強さだ。
17位	肝硬変	全身	全身にこむらがえりが生じる場合があり、のけぞりながら痛みを訴えることも。また腹水がたまりカエルのように腹がふくらんできて、苦しい。男性は陰嚢が腫れるケースもある。
18位	大動脈解離	胸	突然、動脈の膜の間に血液が流れ込み、膜がはがれて激烈な胸痛と死への恐怖に襲われる。ただし短時間で死に至ることが多く、痛みの時間は数秒単位と短くなる場合も多い。
19位	舌がん	口	口腔内のがんでも、多いのが舌のがん。進行するにつれてしこりが大きくなって、痛みも増すので、食事が困難になるのがつらい。舌が上手く動かず、話もできなくなる。
20位	ALS（筋萎縮性側索硬化症）	全身	脳や末梢神経からの命令を筋肉に伝えるニューロン（運動神経細胞）が侵される難病。意識がしっかりしているだけに、自分の身体が徐々に動かなくなっていく恐怖感が強い。
21位	くも膜下出血	頭部	しばしば「頭部を鈍器や金属バットで思い切り殴られたような痛み」と表現されるほどの衝撃。出血で脳内の圧が高まる。発症すると3分の1は死亡、3分の1は後遺症が残る。
22位	心筋梗塞	胸	血管の太さによって症状も変わってくるが、太い冠状動脈が詰まった場合は、かなり激しい胸の痛みに苦しむ。多くの場合30分以上、前胸部に痛みや締め付け感、圧迫感が続く。
23位	急性喉頭蓋炎	喉	初期症状は風邪と似ているが、放置して重症になると死に至る病。喉にある喉頭蓋という部分に炎症が起き、のどの痛み、呼吸困難、食物の嚥下が困難になるなどの症状がある。
24位	線維筋痛症	全身	全身にビリビリとした激しい痛みが前触れもなく訪れる。原因は不明だが、不眠やうつ、過敏性腸症候群を伴うことも。重症だと膀胱の障害、尿路感染などが出て生活に支障を。
25位	乳がん	胸・全身	女性のがんでは3番目に死亡率が高い乳がんは、治療期間が長く、そのあいだに骨転移が起こりやすい。背骨、骨盤の回り、肩や股関節などの骨の他、脳や肺に転移する場合も。
26位	膀胱がん	腹	膀胱がんでタンポナーデ（膀胱内に凝血塊ができて尿路が閉鎖されてしまい、排出できない状態）になると、尿と血塊が膀胱にたまって張りつめて、非常に強い尿意に苦しむ。
27位	胆嚢炎・胆管炎	腹の右上・肩	胆嚢や胆管に細菌が感染して炎症を起こすのが胆嚢炎・胆管炎。腹部の右上が激しく痛み、ときに右肩まで痛みが広がる。高齢者の場合、突然重症化して意識障害になることもある。
28位	髄膜炎	頭	脳や脊髄を覆っている保護膜である髄膜がウイルスや細菌に感染することで起きる炎症。頭痛の他に、発熱、錯乱、嘔吐などの症状がある。炎症の場所によっては死に至る。
29位	子宮頸がん	下腹部	初期の段階ではほとんど症状がない。進行すると出血、性交痛などの症状が出始め、骨盤神経叢に浸潤すると異常な痛みを伴う。近辺の臓器に転移すると治療は極めて難しくなる。
30位	バッド・キアリ症候群	腹・全身	肝臓の静脈に異常が起き、肝臓から出る血液の流れが悪くなる難病。脾臓が大きくなったり、食道や胃に静脈瘤ができたり、腹水がたまったりする。吐血・下血にも苦しむ。

今回、本誌は30名を超える現役医師たちに、「痛くてつらい病気」についてアンケート調査を行ったが、半数を超える医師から、膵臓がんの名が挙がった。

山王メディカルセンターの鈴木裕也氏が語る。

「がんの骨転移に伴う痛みはどれも強いですが、とりわけ膵臓尾部に発生した膵臓がんは、腰椎周辺の太い神経に影響しやすく、激しい腰痛に悩まされることもあります。

肉体的な痛みを取り除くにはモルヒネの使用がありますが、モルヒネを使ってもその量や状況判断の誤りで、痛みが緩和されないこともあります。その原因の一つに、日本人の医者はモルヒネの使い方が下手だということがあります。技術を持つ医者が少ないのです」

NTT東日本関東病院緩和ケア科部長の鈴木正寛氏が、がんが引き起こす痛みについて解説する。

順位	病名	痛みを感じる部位	症状
31位	敗血症	全身	感染症の一種。血液中に病原体が入り込み、重篤な全身症状を起こす。悪寒、震え、低体温、意識低下など。重要臓器が侵されると多臓器障害症候群を併発することもある。
32位	パーキンソン病	全身	アルツハイマーと並んで頻度の高い神経変性疾患。手足が震える、筋肉がこわばる、バランスが取れないなどの症状が出る。末期には言語障害が進み、寝たきりになることも多い。
33位	喉頭がん	喉	腫瘍が出来る部位によって、声門がん、咽頭がんといった分類がされる。咽頭がんの場合は末期になるとものが喉を通りにくくなり、食事が困難に。次第に呼吸も困難になる。
34位	梅毒	全身	現代には少ない昔の病気というイメージがあるが、'06年以降は増加傾向にある。末期には脊髄癆という神経の病気になり、四肢や体幹に電撃痛が走り、目も見えにくくなる。
35位	心筋症	胸	心臓のポンプの役割を果たす心室が拡大したり、心室の壁が厚くなったりする病気。健康な人でも突然起こる可能性があり、きちんと治療せず重症化すると命を脅かすこともある。
36位	精巣がん	睾丸	まれな病だが、精子をつくる細胞にもがんは発生する。20～30代の発症が多いが、60代にもピークがある。薬の副作用で精子ができなくなり、手術で射精機能が失われ、悩むことに。
37位	デング出血熱	全身	蚊が媒介する熱帯病で、'14年には国内感染も確認された。初期症状は高熱、頭痛など風邪のようだが、重度になると血管内皮障害が起き、血液が血管から胸腔や腹腔へ漏出する。
38位	HIV	全身	最近では薬で発症を抑えられるが、一時期は死の病とされた。発症してしまうと免疫力が低下し、全身の倦怠感、体重の減少、慢性的な下痢に加え、がんにもかかりやすくなる。
39位	大腸がん	腹	食生活の欧米化の影響もあり、日本での死亡者数が最も多いがん。初期なら手術で摘出して回復する場合が多いが、末期になると腹膜、肺などに転移して、腹痛も激しさを増す。
40位	黄色靭帯骨化症	足・全身	原因不明の難病。骨のように硬くなった黄色靭帯が脊髄を圧迫することによって、足がしびれて、膀胱・直腸障害、脱力感などに悩まされ、精神的につらい日々を迫られる。

「腫瘍の痛みは、骨や筋肉、靭帯の痛みである『体性痛』、内臓の痛みである『内臓痛』、神経の痛みである『神経障害性疼痛』に分類できます。それとは別に、手術や抗がん剤、放射線治療によって出る痛みやしびれもある。

確かに膵臓がんは比較的強い痛みが出やすく、薬の効きも悪い場合もあります。緩和ケアでは、そういう痛みには鎮痛剤だけではなく神経ブロック（一種の局所麻酔）を使って対応します」

次から次へと襲いかかる痛みと、病を治療するために生まれる新しい痛み――その両方と向かい合いながら命を永らえようとするのが、がんの闘病生活なのだ。

膵がんに近い難治性のがんとして胆管細胞がんがある。先日亡くなったラグビー選手の平尾誠二氏や女優の川島なお美さんを苦しめたのもこのがんだ。胆管は普段意識されない部位だが、肝臓で作られた胆汁という消化液を十二指腸に運ぶ役目をする。がんの発見が遅れがちで、膵がんと同じような症状が起きる。

同じく肝臓がんも発見が遅れがちな病気だ。肝臓はがんに浸潤されても自覚症状が出にくく、「沈黙の臓器」と呼ばれている。肺、大腸、胃、膵臓についで日本人の死亡数が多いがんでもある。

症状としては体重減少、黄疸など様々あるが、肝臓がんに限らず、肝臓の病気に特徴的なのが腹水の発生だ。

「肝臓の機能が低下すると血管外に水分が出て行ってしまい、腹に水がたまって、まるでカエルのようになる。ひどい場合は、水を抜いてもらわなければなりません。肺や胸のあたりに胸水がたまり、呼吸困難を感じることもあります」（都内大学病院内科医）

腹水がひどい場合、「プ

順位	病名	痛みを感じる部位	症状
41位	皮膚がん	皮膚	皮膚がんはいくつか種類があるが、なかでも悪性黒色腫（メラノーマ）が最も危険性が高い。ほくろのようなシミができただけでも、脳や臓器、骨などに転移している場合もある。
42位	脊椎カリエス	背中	別名、結核性脊椎炎。結核菌が脊椎に感染して起きる。カリエスは骨が腐るという意味で、息も出来ないほどの激痛が走る。正岡子規が患ったことで有名だが、最近では珍しい病。
43位	結核	全身	かつては国民病であったが、最近では減少。それでも年に2000人くらいの死者はいる。微熱が長期間続き、倦怠感、食欲不振に悩まされる。喀血したら末期。呼吸も困難に。
44位	腎がん	大腿骨	初期では無症状だが、進行すると大腿骨に転移する場合があり、痛みが激しい。骨に転移するがんは色々あるが、大腿骨は歩くたびに痛む。骨が弱くなり、骨折もしやすくなる。
45位	前立腺がん	全身	進行が遅く、がんが広がる前に他の病気で亡くなるケースが多いため、放置しておいてもいいがんの代表と言われている。しかし、脊椎に転移してしまうと激しい痛みが出る。
46位	胃がん	腹	早期に発見すれば摘出可能だが、QOL（生活の質）の低下は免れない。進行すると吐き気、膨満感、吐血・下血などの症状が出る。末期は全身に転移し、痛みに悩まされる場合も。
47位	脳梗塞	頭	脳の血管が詰まることで生じる脳梗塞は、麻痺、しびれなどはあるものの、脳出血のような極めて激しい痛みは伴わない。しかし、麻痺や言語障害などの後遺症が出ることも。
48位	肝性脳症	全身	アルコールの取りすぎなどで肝硬変が進行し、肝臓で除去されるはずの毒物が脳に回ってしまう状態。だんだんとぼんやり意識を失っていくので、比較的楽な死に際ともいえる。
49位	不整脈	胸	脈が飛び、動悸がする。一言でいえば脈の乱れ。平均年齢以上を生きて、体力も落ちてきた高齢者であれば、就寝中の不整脈で亡くなるのはポックリと逝ける死に方の典型例だ。
50位	老衰	—	健康な人が年齢と共に体力を失い、寿命を全うするときには、自然に食欲が衰え、草花が枯れるように亡くなる。意識が薄れていくので、痛みや苦しみはほとんど感じずに済む。

ールに入って、鼻の下ぎりぎりに水面があるような圧迫感」があるというから、そんな状態が続くと体力のみならず、病気と闘う意欲すらも失ってしまうだろう。

また肝臓がんや肝硬変には、全身こむらがえりという症状もある。

「全身のこむらがえりが起きると、患者さんは体をのけぞらせ痛がります。この痛みにはモルヒネも使用できません」（日比谷クリニック大和宣介氏）

愛も記憶も失う

日本人の死亡者数第1位の肺がんはどうか。これは肝がんの腹水でも生じた苦しい呼吸困難を伴う。肺がんの専門家である聖路加国際病院呼吸器内科の内山伸氏が語る。

「一般的にがんは骨に転移すると痛みを訴える患者さんが多いですが、肺がんの場合は、肺全体に転移して息苦しさに悩まされる人が多い」

言うまでもなく人は息をせずには生きていけない。24時間、病の苦しみを意識しなければならないという意味で、呼吸器の病気で死期を迎えるのはつらいことだ。

同じ意味で、食事をするたびに痛みや苦しさに向き合わなければならない喉頭がんや舌がんといった、頭頸部の腫瘍も生きる気力を削がれる病といえるだろう。

肺のがんは肝臓や脳に転移する確率も高い。脳の腫瘍は、また別の意味でのつらさがある。米国ボストン在住の医師、大西睦子氏が語る。

「難治性の脳腫瘍だった米国人女性が、部分的な開頭術による脳の側頭葉の切除を行いました。ところが、その後に再発、もはや進行は止められないという状況になり、余

Ⅱ 吐きたくても息が吐けない「肺気腫」の苦しみ
「大動脈解離」の強烈な痛みと恐怖感
できれば避けたい「激痛」の死に方

命6ヵ月と言い渡された。

その後は、頭蓋骨が割れるような激しい頭痛、絶え間なく襲いかかるてんかんの発作に苦しみ続けました。言語障害も起きて会話もままならず、最終的には最愛の夫の顔を目の前にしても彼の名前を思い出せなくなってしまった。彼女は結局、医師による自殺ほう助、いわゆる安楽死を選択しました」

日本では米国のような安楽死は認められないので、脳腫瘍を患った患者は混濁する意識と記憶の喪失、そして激しい痛みに苦しみながら、死の訪れを待つことになる。

このように長期間にわたって身体的・精神的苦痛と向き合うのが難治性のがんだ。医学がいくら進歩したといっても、その苦しみは簡単に和らぐものではない。

血管の膜がビリビリと…

「この夏、夫婦で外食をしてから家に帰ってくると、主人が胸を押さえながら『痛い、痛い』と叫びだして、膝から崩れ落ちました。救急車で運ばれて、緊急手術。大動脈解離でした。結局、意識が戻ることもなく、発症してから2日後に帰らぬ人となりました」

こう語るのは、秋津美和子さん（仮名、67歳）。亡くなったご主人は、長年、高血圧だったとはいうが、さしたる病の前兆もなく、あまりに急な最期だったため、いまだに亡くなったことが信じられないという。

大動脈解離は突然死にいたる典型的な病だ。その激しい痛みは経験した人にしかわからないが、想像を絶するものがある。都内大学病院心臓外科医が解説する。

「大動脈とは、心臓から出ている最も太い動脈で、体中に血を送り込むための非常に重要な部分です。動脈の断面は3層構造になっており、内膜・中膜・外膜と分かれるのですが、内膜に穴が開いて亀裂が入り、そこに血が流れ込んで中膜や外膜をはがしてしまうのが大動脈解離です。最も太くて重要な血管が、ビリビリと引き裂かれると想像してみて下さい。その痛さは激烈なものです」

左のグラフにあるように、日本人の死因はがんについで心臓の病気が多い。なかでも大動脈解離や心筋梗塞は死に直結することが多い病気だ。大動脈解離ほどでなくとも、心臓の周りの血管が詰まる心筋梗塞は相当な痛みを伴う。

「詰まったり破れたりする血管の太さにもよりますが、太い冠状動脈がやられた場合には、耐え難い激痛が走り、意識が遠のくほど。前胸部に痛み、締め付け感が持続します」（前出の心臓外科医）

心疾患と同じく、突然の痛みとともに死が訪れるのが脳血管疾患だ。

「大酒を飲んで帰ってきた父が夜中に、頭を抱えて文字通りのたうちまわった。救急で手術をしましたが、出血をくり返し、1週間後に亡くなった。くも膜下出血でした」（大阪在住の男性、41歳）

くも膜下出血は、脳動脈瘤が破裂し、脳の表面を覆う膜の一つである「くも膜」の下に出血が起きる状態。

「出血で脳内の圧が急激に高まり、痛みが生じる。その激しさは『後頭部を金属バットや鈍器で殴られたよう』とも表現されます」（聖路加国際病院、内山伸氏）

くも膜下出血が発症すると3分の1の患者は死亡する。残りの半分は麻痺や言語障害などなんらかの後遺症が残るので、無事に治癒することが非常に難しい。

腸の中身が逆流して嘔吐

心臓にしても脳にしても、循環器系の病気は非常に激しい痛みと死への恐怖感を伴う反面、死に至ったり意識を失うまでの苦しい時間は比較的短いのが特徴だ。

一方で、日本人の死因の3位である肺炎は、持続的な苦しみに直面することになる。

前出の内山氏が語る。

「長くつらい闘病というとがんをイメージする人が多い。確かにがんはつらい病ですが、実は他にも痛くて苦しい病気はいろいろある。

呼吸の苦しさという意味では、肺気腫という病気も大変です。よく『陸にいるのに、水の中で溺れている感じ』と表現されます」

肺気腫はタバコの吸い過ぎなどが原因で起こる病気。肺に慢性的な炎症が起きることで、細胞が膨れ上がり、二酸化炭素が排出できなくなる。つまり息を吐こうとしても吐けないつらさがある。

「肺気腫が原因で亡くなる方もいますし、肺気腫から肺炎になる人もいます。人工呼吸器を装着したり、寝ている時も酸素マスクをしたり、本当に苦しそうです。また、肺気腫になると抵抗力もなくなるので、インフルエンザにもかかりやすい」（内山氏）

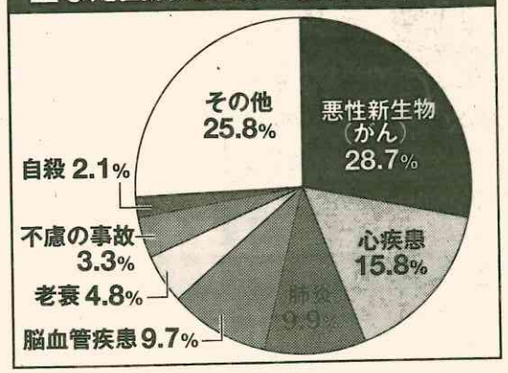
高齢者の場合は、誤嚥性肺炎にも気を付けなければならない。これは飲み込む力が衰えた高齢者が、食べ物や唾液を気道に吸い込んでしまい、細菌が気管支や肺で繁殖してしまうために起こる肺炎だ。熱や咳を伴うが、最終的に呼吸困難の苦しみを味わって死ぬことになる。

他にも地獄のような苦しみを味わう病気はある。たとえば上腸間膜動脈閉塞症。聞きなれない病気だが、七転八倒するような痛みがある。腸に流れる動脈が突然詰まる循環器系の病気だが、早期に治療を行わないと非常に危険だ。しかし、救急病院で腹痛を訴えても、原因がこの病気だとすぐに診断するのはなかなか難しいので、しばらくは激痛に耐えるしかないケースが多い。

他には「イレウス（腸閉塞）にだけはなりたくない」（関西の消化器系外科医）という声も多かっ

脳の血管の異常は、他にも脳と脊髄を結ぶ脳幹に起きる脳幹出血がある。こちらも激しい痛みを伴い、後遺症が残る可能性が高い。

主な死因別死亡数の割合（平成24年）



Ⅲ 肉体と精神、両方の「苦痛」に襲われる

食事もできず、水も飲めなくなる死に方

た。腸閉塞は文字通り、腸が詰まってしまう、あけすけにいえば「フン詰まり」の状態になることだ。膨満感や腹痛は当然のこと、ひどくなると腸の中身が逆流して嘔吐する場合もある。大腸がんが原因でなることもあるし、高齢者の場合、便秘がひどい人がなるケースもある。

腸ではなく膀胱の機能不全もつらい。膀胱がんなどで出血し、凝血塊が詰まるタンポナーデという状態になると排尿が困難になり、膀胱が張りつめて、強い尿意に苦しむことになる。緊急でカテーテルを使って血の塊を処理しなければ、命に関わる。

誰もが安らかな死を迎えたいと考えるのは当然だが、現実には突然の激烈な発作に苦しんで死ぬケースも多いのだ。

意識があるからこそつらい

前章で見た脳卒中や心筋梗塞の場合、激痛を伴って死は突然訪れる。家族や友人に暇を告げる間もなく死んでしまうのは、心残りも多いだろうが、苦しむ時間はあくまで短時間。家族や周囲に負担をかけることもないので、気が重くはない逝き方かもしれない。

だが、脳卒中から生還したものの、重篤な麻痺が残り、半身の自由が利かないまま緩慢な死を迎えるケースもある。

「夫は72歳で脳出血で倒れました。一命は取り留めたものの、体を動かすことができず、寝たきりになってしまいました。目だけは動くものの、食事はできず、水も飲めない。以後2年間、要介護5の状態です。

栄養はお腹に作った胃瘻を通して摂っています。口から食べるリハビリなどもしましたが、回復しません。それでも意識は、はっきりしているようなので本人もつらそうです。当然、介護する側もつらい。考えてはいけないと思いながらも、『本当はあのとき、主人は天に召されるべきだったのに、無理に引き戻してしまった』と感じることもあります」（埼玉県在住の女性、70歳）

意識があるにもかかわらず、食べる飲む、排泄するといった基本的な行為を自分で行うことができなくなってしまうことは、想像以上につらいものだ。ホームオン・クリニックつくば院長の平野国美氏が語る。

「高齢の患者さんと話していると、『死ぬこと自体はそれほど怖くない』という人が多い。悩みとしては、死に至るまでの過程が苦しくないか不安だというもの。

痛い病気というと、がんやがんの骨転移がよく挙がりますが、終末期の患者を診ている医者からすれば、『痛み』よりも『意識がしっかりしながら病を抱えること』のほうがつらいと思います」

医師で作家の米山公啓氏も同じ意見だ。

「実際の臨床では、死ぬ時の痛みはそれほど問題になることはありません。かなりの程度、ペイン・コントロールができるからです。それよりも寝たきりの状態が長く続き、介護期間が延びるほうが、精神的な苦痛が大きい」

前出の脳梗塞のように、急な病気で寝たきりになる場合もあるが、80代、90代になって体力的にも衰えているのに、無理な延命治療が行われる場合もある。

「日本人は、『食べる』ことにこだわりがあり過ぎるのでしょうか。がんであれ、老衰であれ、脳梗塞の後遺症であれ、最終的には食べられなくなって亡くなるのが自然なのに、無理矢理に高カロリーの輸液を点滴したり、適応を認められない患者にも胃瘻を作って長生きさせようとします。

患者が食欲を失っているのに、家族が良かれと思って食べさせて、のどに詰まって苦しい最期を迎える患者さんもよくいます」（平野氏）

「老衰しているのに、診療報酬目的で不必要な医療を施す医療者につかまって、逃げられないケースもある」（医療コーディネーター）

延命治療が苦しみをつくる

終末期の医療に詳しい石飛幸三氏が語る。

「治る見込みのない病気であっても、家族や親族が『どうしても治療を受けさせたい』といって病院に連れて行く。そして胃瘻をつけられて、そのまま最期を迎えるという方は本当に気の毒です。

生き物なのですから、人の身体はいずれ朽ちて消えていくものです。そのことを忘れて、『医療がわれわれを生かしてくれる、死なないためにはなにかをしなければならない』と、無理に医療に頼ろうとすることが苦しみを増しているのです」

延命治療が発達した現代において、老衰で死を迎えるのは、そう簡単なことではない。だが、本誌のアンケートでは、大半の医師が理想の死に方として「老衰」を上げた。実際のところ、戦後、老衰で亡くなる人は減り続けていたが、'00年（2万1213人）で底を打った後は右肩上がりで、'15年には8万人以上が老衰死している。これは、日本人の死生観に変化が訪れている証拠だ。当然ながら、長寿を全うするほど、老衰で死ぬ確率は高まり、80歳～89歳で亡くなる日本人の死因の第5位が老衰である（ちなみに95歳以上では第1位）。

多くの医療従事者たちが理想の死に方として挙げる老衰は、どのような最期を迎えるのか。

「老衰状態になると、食べ物を食べなくなり、自然に飢餓状態に入っていきます。するとケトン体が頭の中に溜まっていく。ケトン体には、鎮痛、鎮静作用があると言われていますので、意識は徐々に薄れていきます。私は患者さんには『頭と体がちょうどいいバランスで衰退していくところなので、安心してください』と説明しています。

このように自然に逝くことに周囲が納得できないと、かえって苦しませることになるのですが、最近では『胃瘻はやめて安らかに逝かせてください』という家族の方も増えてきました」（前出の平野氏）

もちろん、死を迎える段階で、本人が覚悟を決めていることも大切なことだろう。

「不思議なもので、人は歳を取ると『ああ、もう寿命だな』とわかるようです。そこで穏やかに逝けるかは、人生をふり返って納得できるように生きてきたかが大切になります」（山王メディカルセンターの鈴木裕也氏）

食事を摂らなくなると水分の摂取も減り、尿量も減ってオムツもいらない。無理な延命をしなければ、死の直前まで意識もあり、家族に最後の言葉を残して苦痛もなく逝くことができる。そんな安らかな最期を迎えられるひとは、幸せだろう。