

テレビが報じない
しが全内幕

密着スクープ

高岡 松坂 桃李 早紀 43 僕はあなたを困らせたい
「年なんて関係ない」と迫る彼に、その夜彼女は恥じらいながら心のブレーキを…

高岡松坂

裕太 23

払い続けていた！

三船 美幸 41
元夫・高橋ジョージ
佳が住む家の月40万円ローン

福山 雅治 47
震える赤い唇

米倉涼子 41 「失敗のススメ」



10日後の宴会でイエイ写真

才女性才被害といわれる

あの夜の因縁

あるので、皮肉と「オク」の現

2大激白 尾崎豊 息子裕哉 23

僕はガラスを割らない

森進一

勘当息子の10万人ライブと父の

特別定価 430円 9月29日・10月6日合併号
最速レポート
「ディズニー・ハロウィーン」
完全ガイド
ユニバーサル・スタジオ・ジャパンも
大熱狂で大絶叫！

おとなの秘湯
奥鬼怒温泉、大平温泉
中房温泉

冷凍
が正解！

脳活
トレーニング
8

第7弾
ポケモンGO
こうすれば勝てるジムバトル

独占 大塚久美子 48
母に託された生き

9月9日、いちばん長い口

SMAPと私

9月9日、いちばん長い口

JYJジュンス 29
占いジカル

山田詠美 37
コンビ二人間

村田沙耶香 37
占いミコ子

直居由美里 55
新著発売
波動表

が教えてくれる未来

大岐阜県
福島
郷土料理を作

国家で死ねる街 ランキングベスト100

さあ、問題です
飼つてた人、どっちが長生き
すると思いますか？

ご長寿
クイズ13

北陽が開脚まで4週間
トライ開脚まで4週間
人生最後の日の向き合い

小澤竹俊

おざわたけとし／1963年、東京生まれ。'87年、東京慈恵会医科大学医学部医学科卒業。'91年、山形大学大学院医学研究科医学専攻博士課程修了。救命救急センター、農村医療に従事した後、'94年より横浜駅生病院ホスピス病棟に勤め、病棟長となる。2006年、めぐみ在宅クリニックを開院。これまでに2000人以上の患者さんを看取ってきた。主な著書に『今日が人生最後の日だと思って生きなさい』(アスコム刊)がある。

日本の現実は、ご存じかと思います。1990年ごろまで70万人前後で推移していた年間の死亡者数は、2025年には130万人に達すると推測されます。さらに、2025年の世代、およそ800万人が後期高齢者(75才以上)に達します。介護費や医療費の急増が懸念され、「2025年問題」といわれています。

人生最後のあなたはどう

患者増で医者・病院に頼れない時代が迫っています。 自宅で病と闘い続ける親や夫、友人たちに、あなたはどう接しますか? また、あなたががん患者で有効な治療法がなかったとしたら、 その事実とどう向き合いますか?

現在、全国の病床数は134万床で、今でも足りていませんが、それにもかわらず、政府は医療費の増加を抑えるため、2025年時点の病床数を「115～119万床に減らす」という目標を示しています。

そうなると、どういったことが起ころか。入院してもすぐに病院から出されてしまう。あるいは救急車をお願いしても、入院可能な病院がなく、来てもうえない。

近い将来、こうした事態が確実に起こります。わずか数年後に迫っている現実に、私たちはどう備え、対応すべきか

私は、これから時代、在宅診療や自宅での「看取り」の必要性がますます高まると思っています。



これから私たちは、大変な時代を迎えるとしています。あなたにとって大切な両親や身内や友人が、病に侵され、人生最後の時が近づいています。なのに、医療機関にはこれまでのように頼れない。究極の苦しみを抱いている患者さんをあなたが在

この連載は、名医を紹介したり、最新のがん治療を紹介したり、がんによく効く民間治療を勧めたりする企画ではありません。また、上つ面を撫でるようにがんの患者さんを励ますという気持ちも、私にはありません。究極の苦しみを抱く患者さんのケアは、医療関係者など、一部のエキスパートが担うべきものと私は思っています。

この連載では、私がこれまでに培った、苦しむ人の援助方法を具体的に紹介します。在宅介護が主流になっていくこれらの時代、専門家にゆだねるのではなく、私たち一人ひとりが最愛の人の苦しみに、しっかりと向かい合っていくために、参考になればという願いを込めた連載です。

ある患者さんの例を紹介します。

85歳の女性は肝臓や腎臓、胃にもがんが転移していました。10年ほど前にご主人を見送り、一人暮らしの彼女は、自分の家での在宅介護を希

あるきっかけを境に、 陥しかつたおばあちゃんの顔が 穏やかで温厚な表情に 変わりました

40代の初めに購入したマイホームは、横浜郊外の山林を開発した地域の団地の一室です。おばあちゃんは、思い出の詰まった家で人生の最後の時を送りたい、という思いを抱いていました。おばあちゃんは生きる気力をなくしていまして。近所に住む娘さん(52才)が毎日、介護に通いましたが、買い物も掃除、洗濯、食事の支度も、娘さんやヘルパー任せ。往診のときもベッドに横になり、衰弱しきった様子のおばあちゃんは、「早くお迎えが来てほしい」と、クリニックのスタッフにばかりとつぶやいていました。苦しんでいる人は、自分の苦しみをわかってくれる人がいると嬉しいものです。スタッフは往診に訪れるたびに、ベッドの側でおばあちゃんの言葉に耳を傾けました。

最初は言葉が少なかったおばあちゃんでしたが、徐々に重い口を開くようになっていました。おばあちゃんは花が大好きだったのです。自治会の園芸部で、活動をしていて、人居当时、開発が終わつたばかりの殺風景な団地の周辺に次々と花壇を作つたそうです。「春はチューリップでしょう。春はチューリップでしょう。」

か何もしてこなかつた専業主婦ですが、ご近所の人たちから、「おばあちゃん」と呼ばれているんですよ」娘さんからそんなお話をお聞きしました。85年の人生で、大事にしているものが垣間見えたとき、おばあちゃんは私の中でも、まもなくお迎えが来る单なる老人ではなくなっていました。人生を彼女なりに讃嘆してきた姿が、色とりどりの花とともに私の脳裏に映し出された思いでした。おばあちゃんは、大好きな花と咲

き誇る花壇と、ご近所の人たちから「お花のおばあちゃん」と呼ばれていたことを思い返したのでしよう。それが彼女の「支え」となつたに違いありません。

究極の苦しみの中にいる人でも、自分の中の「支え」を意識することで、穏やかな心境を得ることができます。多くのかたがたの看取りを通して、私はそのことを学びました。それは何も末期がんの患者さんだけに、言えることではありません。

「支え」の大切さは、苦しみを抱えるすべての人に当てはまるというこそ、この連載を心の片隅に置いていっていただける嬉しさです。

「支え」が、人それぞれ異なることは言うまでもあります。私が答えません。私が答える言葉を失い、思わず涙をこらえた、ある患者さんのケースを紹介します。その患者さんは42才の女性で、夫と中学生と小学生の2人の子供がいました。すでにがんの遠隔転移が数か所に及び、治療の施しようがない状態でした。衰弱が進んだ彼女は悩んだ末、病院ではなく自宅での療養を決断しました。住み慣れた家は安らぎ。また、残された時間を少しでも子供たちと一緒にいたい――そうした理由からです。

やがて体に腹水が溜まり、買い物に行けなくなり、介護保険を使い、

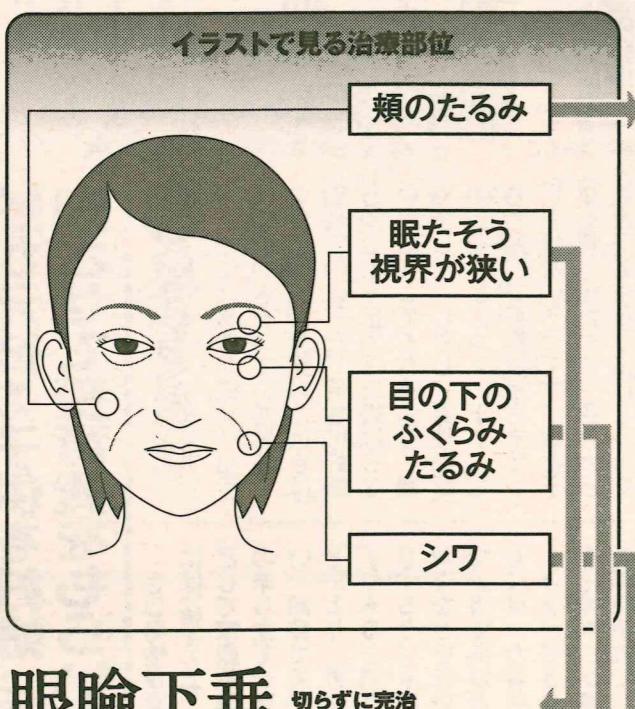
小澤先生の近著『今日が人生最後の日だと思って生きなさい』

16.9.29-10.6 女性セブン

(アスコム刊)は25万部を超える実売で、たくさんの反響が寄せられています。

シワ・たるみ

豊富な経験・高度な技術 一信頼の美容整形



眼瞼下垂 切らずに完治

メスを使わず、裏側から極細の糸で筋肉を調節して、眠たそうな重苦しい目を改善します。腫れも少なく、傷跡もなし。直後から洗顔・メイクもOK!

眼瞼下垂(片側)…¥250,000(税別)

目の下ふくらみ・たるみ

●目の下のふくらみ・たるみは脂肪が原因。そこでまぶたの内側から器具を使って脂肪を取り除きます。入・通院の必要もなく、直後から洗顔・メイクもOKです。

目の下のふくらみ・たるみ(両目)…¥500,000(税別)

長期持続注射 ヒアルロン酸

●気になる部分に直接注射しますので即効性があり、スッキリシワを解消できます。直後から洗顔・メイクもOKで、手軽に受けられるというのが大きな魅力です。

長期持続注射(1本)…¥100,000(税別)

公的保険は適用されません。治療費は標準的な費用です。

安い分院展開をせず、ていねいな治療を。開院24年、変わらぬポリシー。

北村クリニック 無料カウンセリング・お問合せ 受付 10:00~18:00 予約制 無休

東京都中央区日本橋3-2-5 毎日 日本橋ビル1F ●JR東京駅 八重洲北口より徒歩3分

info@kitamura-clinic.com <http://www.kitamura-clinic.com>

包帯はもういらない! 入・通院不要。しっかり頬を引き上げるなら

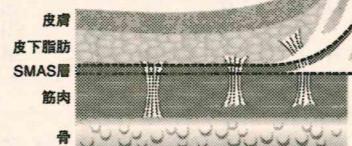
フェイスリフト

腫れが
目立たず、
ナチュラルに

「顎のラインがたるんできた」「あらゆる方法を試したがダメ」「忙しくて包帯なんか巻いていられない」etc. フェイスリフトには正しい解剖学的知識と、膨大な症例に基づく高度なテクニックが必要です。まず切開線は耳前の付近の曲線を利用するため、全く目立ちません。そこから脂肪・筋肉(SMAS)、皮膚の3層を同時に引き上げます。またSMASだけなくリガメント(韌帯)を処理することで、更なる効果も得られます。術後は包帯を巻く必要もなく、入・通院も不要です。当日から洗顔・メイク・シャワー・シャンプーもOKです。

フェイスリフト…¥900,000(税別)

各層の剥離方法



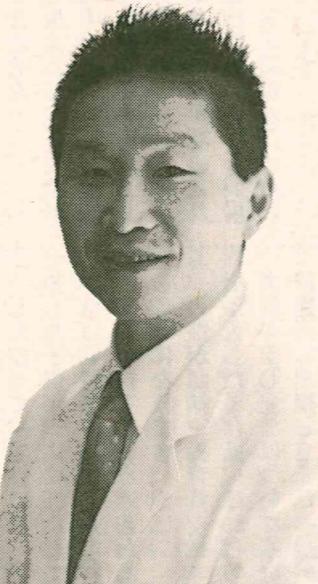
脂肪層とSMASとの境界を正確に見きわめて、ていねいに剥離していきます。仕上がりの美しさとリフト効果に大きく影響する部分です。

北村クリニック院長 北村義洋

慈恵医大を卒業後、東京警察病院形成外科入局。形成外科・麻酔医療を学び、1992年北村クリニックを開院。

日本美容外科学会 常任理事
国際美容外科学会会員

「フェイスリフトは究極のたるみ対策です。」と話すのは開院24年のドクター北村。腫れも目立たず、包帯も不要。当日から洗顔・メイクも可能。しかも原則入通院不要。「なんだか魔法みたいでしょ?」と微笑みながら語る北村院長。「日進月歩の美容医療で若々しい日々をエンジョイしてください。」



ヘルパーの助けを得て、私たち医療スタッフが往診し、がんによる疼痛を取り除きました。ちなみに今日では疼痛緩和の薬剤が進歩し、がんによる痛みからは、ほぼ解放されるまでになっています。彼女は肉体的な苦痛から解放されました。ですが、こう訴えるのです。「先生、なんで私はがんになつたのでしょうか。たばこも吸わない、お酒も飲まない、健康には気を使っていたつもりだし、がんの家系でもない。そんな私がなぜ、がんにならなければいけないの。子供を残して死にたくない。趣味のお菓子を友達ともっと作りたい。地域の図書館でボランティアにも、もっと携わっていいたい。それなのに先生、なぜ私だけこんな目に遭わなくては、いけないんですか?」私はそんな問い合わせに、答えることができません。患者さんの心情は痛いほど伝わってきました。精神的な苦しみから発する言葉に、医学はなすべはありません。私は涙をこらえて、彼女の話を受け取るように聞き入るしか、取るべき手段がありませんでした。

しかし、そんな中でも患者さんの中に必ずある「支え」を確認し、穏やかな心境を獲得できるよう援助することを諦めるわけにはいきません。私たちには患者さんに、デイグニテーがありますが、「人生の中で最も思い出深い出来事」や「大切な人に伝えておきたいこと」など、9つの質問を載の中でこれから詳しく紹介していくときますが、「人生の中で最も思い出深い出来事」や「大切な人に伝えておきたいこと」など、9つの質問を

イセラピーを勧めました。

デイグニティセラピーとは、めぐみ在宅クリニックが取り入れている精神的なケアの方法の一つです。連

姉さんに頼みました

几帳面で真面目な性格のかただけに、人にゆだねるのは、さぞや気持ちの整理が必要だつただろうと察しました。自分がいなくなつたあとのことを信頼する人にゆだね、患者さんは心の底から安心されたことでしょう。

夫と2人の子供を持つ末期がんの42才のその女性は、苦しみの中にもまだではありません。読者のなかの中にもそんなかたはいらっしゃると思う。しかし、苦しみの中から学ぶことも必ずあるのです。

自分が中の「支え」を自覚したとき、苦しみの中にも穏やかさを得ることができる。では自らの「支え」を、どのようにして見つけ、そつと手のひらに包みこむように見つめていくのか。

繰り返します。深い苦しみの中に身を置くのは、何も末期がん患者さんだけではありません。読者のなかの中にもそんなかたはいらっしゃると思う。しかし、苦しみの中から学ぶことができたのかもしれません。大切なことを大事に伝えられた安堵感も、彼女に味方したに違いありません。

「私が死んだ後、私の両親のことや子供たちのことを、主人にだけ任せるのは大変ですよね。『私がいなくなつたら、主人を助けてあげてください』って先日、仲のいい主人のお構成/根岸康雄

女性セブン 次号の発売は 9月29日(木)です!

苦しみを抱くすべての人贈る、末期がん患者とともに知ったほんの少し気持ちが安らぐ心の持ち方とは

16.9.29-10.6
女性セブン