

## 我が家が一番 自宅で過ごした期間は至福の時

(東深井 金澤さん) 【在宅療養期間6ヶ月】

金澤さんは妻と2人暮らし。平成18年2月に肺がんが告知されましたが、すでに手術は出来ない状態でした。最終的に自宅近くの病院へ転院を勧められ、平成20年3月流山市で訪問診療を行う病院の門をくぐりました。妻の由紀さんに当時のお話を伺いました。

### 在宅療養について話し合い、自宅で過ごすことを選択

転院先の病院で、医師から「長くても6ヶ月でしょう。少しでも元気な間に2人で思い出を作って欲しい。」と言われ、緩和ケア病棟への入院か訪問診療を受けることを選択を勧められました。その頃の私は訪問診療がどのようなものかまったく知りませんでした。私達は訪問診療を選択しました。

医療保険で訪問診療と訪問看護を利用し、介護保険でベッドや車いす等を借り、介護は私がしました。

救急車を呼ぼうかと思ったことは何回もありましたが夫は拒みました。我が家にいたいと言うのです。訪問診療は24時間体制ですから真夜中に何度も電話して処置の方法を聞きました。

私も時々イライラすることがありました。そんな時、訪問診療の医師や訪問看護師さんは心のケアもしてくださって、どれだけ癒されたか分かりません。

### 我が家で、私の膝に頭を乗せて看取りました

8月に入った頃、夫は「後10日でお別れだね。」「後3日…」と言いながらその通りに逝ってしまいました。最期は、私の膝に頭を乗せて看取りました。

介護が辛いと思ったことはありませんが、私達以外に誰も居ない家で夫の死を待つ時間がとてもつらかったです。しかし、自宅で療養していたからこそ、病院では話せない話をする事ができ、夫と向き合って死を迎えることが出来ました。



在宅療養を開始した頃に桜を見に行った時の写真

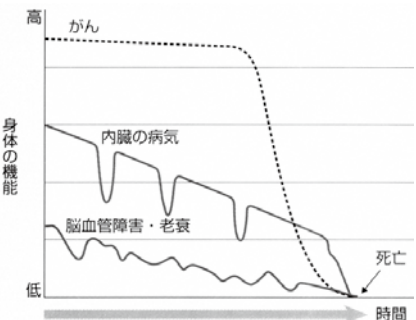
## もっと安心 ずっと流山



# 最期までずっと生きていくか 医療や介護サービスの相談ができません！

医療や介護が必要となったとき、どこで過ごしたいですか？人生の最期をどこで迎えたいですか？流山市で高齢者等実態調査を行ったところ、「介護保険サービスを利用して自宅で暮らしたい」「人生の最期を自宅で迎えたい」という回答の割合が最も多くなっています。今号は、「医療や介護を受けながら自宅で暮らす選択をした方」「自宅で最期を迎えるという選択をした方」のご家族のお話をご紹介します！そして、自宅での生活を続けたいと思ったときにどのような医療や介護サービスが受けられるのか、どこに相談すればよいかをお伝えします！

# おうちで過ごすという選択肢



出典 あおぞら診療所『介護職のための医療とのつきあいかた』メテオ出版 2017 P.10

東葛病院付属診療所 医師 戸倉直実さん  
考えることも大切ですね。



(流山市在宅医療介護連携会議委員)

人は生まれた瞬間から死に至るまでの「軌道」をたどります。成人以降は身体機能が下り坂となりますが、坂の下り方は病気によって変化します。図に示したように、がんの場合は一定進行するまではあまり生活機能に影響しませんが、2週間から時に2〜3日で急激に寝たきりになる経過をたどることがあります。一方、心不全のような内臓の病気では、一時的に悪化しますが、治療により回復し、また悪化しては回復することを繰り返しながら、徐々に状態が悪化していきます。回復した経験から、「今度も治るに違いない」と期待を抱くため、いつから緩和ケアなのかを決めかねるむずかしい病状となります。同様に脳血管障害や進行の遅い老衰・認知症では、終末期が年単位で長期になることもあります。

## 病気から考える3つの軌道

### 自宅で介護を続ける秘訣

(若葉台 Tさん) 【在宅療養期間10年以上】

Tさんは現在娘さんと2人暮らし。平成18年にパーキンソン病と診断されました。病気により徐々に飲み込みが悪くなり、平成26年にPTEG(頸部から専用の管を挿入し直接胃や腸に栄養を送る手術)を受けました。その後、寝たきりとなり医療と様々な介護サービスを毎日利用しています。自宅で介護を続ける娘さんにお話を伺いました。

### 医療と介護サービスを利用して、楽になりました

仕事を辞め、父親が亡くなり、母と2人きりの生活で人と接していなかったら大変だったと思うので、様々なサービスを一挙に利用したことが良かったと感じています。朝からヘルパーさんが入る事で、きちんと着替えをしたり、最低限の整頓やごみ捨て等を行うので、ルーズになりがちな自分自身の生活にメリハリができています。また、サービスが入っている間に台所に立つ事ができたり、買い物

に行く事もできます。

上手にサービスを利用することで、私自身の精神面のバランスが取れて楽になっています。母のサービスだけではなく、私自身にとっても良かったと思います。

### 家で看取りたいという願い

PTEGの管の交換のために入院し、そこで肺炎が見つかり、「今後いつ急変してもおかしくない状況です。」と医師より説明されています。しかし、訪問診療の医師や訪問看護師に急変時や夜中にもきちんと対応してもらえるという安心感があるので、今は家での看取りを考えています。

### 在宅療養を考えている方へのメッセージ

サービスを受けるに際して「助けてもらう」という気持ちで、負担に考えない、「まあ、いいか」「いい加減」の気持ちが必要です！

