平成２７年５月１０日号（第１４９回）

阿伎留通信

公立阿伎留医療センターは、医の心を重んじ、患者の生命と健康と生活の質を考える良質の医療を実践し、地域医療の最適化に努力します。

桜の盛りも終わりを迎え、山々は青葉で美しく色づく季節になりました。「森林浴」は人をリラックスさせ、ストレスを軽減する効果があるそうです。行楽の季節、人の多い都会だけでなく、緑の多いところに出かけてみてはいかがでしょうか。

今回の阿伎留通信は、

「緩和ケア　～自分の人生を精一杯生きるために～」

をテーマに緩和ケア科　森　尚子医師よりお話しさせて頂きます。

緩和ケア、というと多くの人はあまり良くないイメージを持っています。それは、「もう治らない患者が受けるケア」とか「ただの対症療法」といったものです。しかし、本当にそうでしょうか。医療が現代ほど進歩していなかった頃、多くの病は不治のものでした。しかし、病に苦しむ大切な人を目の前にして、苦しい時に傍に寄り添い、食べられない時に水分を与え、体が凍える時に毛布をかけ、熱がある時に冷たい手ぬぐいをしぼって体を拭き、少しでもその人の苦しみが和らいでくれることを、そして少しでもその人に笑顔が戻ることを心から願う、気遣いと行動が医療の基本でした。

しかし、抗生物質の開発により多くの感染症が治るようになり、外科手術の進歩や抗がん剤・放射線治療の登場により、例え癌であっても、治すことができる場合も増えてきました。それに伴って、医療は高度に専門化・細分化されました。眼は眼科、耳は耳鼻科、皮膚は皮膚科、頭は脳外科、胸は呼吸器科、お腹のことは消化器科へ…といったように、臓器別に医療が成り立つようになり、『〇〇さんは、結局、今どんな状態なのか？どんな生活をして何に一番困っているのか？これからどうしたいと思っているのか？何を大切にして生きているのか？』といった、その人の人間性や人生全体を見て支える医療というものが、急速に廃れていってしまいました。

それでも、病気がいつも完全に治り、元の生活に必ず復帰できるなら、そうした専門化・細分化された医療というのは、ある意味、効率的で望ましいかもしれません。壊れた部品を修理工場に出すように、不調になった臓器を見つけて手早く治してもらえばいいのですから…。しかし、どんな生き物も永遠には生きることができないように、全ての病をこの世界から駆逐することはできないでしょう。１つの病を克服すればまた新たな病が問題となり、そうしていつかは生命活動に終わりが来る―それが形あるものとして生まれた生き物の運命でもあります。

そう考えた時、医療の本当の目的は、「病の撲滅」にあるのではなく、病める人を少しでも健やかな状態に近づけ（その繰り返し・延長線上に治癒があるのです）、少しでもその人の人生が本人にとって幸せだと感じられるように、専門的な知識・技術を、優しさと気遣いを持って使い支える、という所にあるのではないでしょうか。そしてそれが緩和ケアの目指しているものです。

そのため、緩和ケアというのは決して終末期の患者さんのための特別な何かではなく、もともと医療の本質であり、ただ現代医療があまりにも専門化・細分化されてしまったために、敢えてそのように明言しないと、人間的な医療ができなくなったために生まれた言葉だと言えます。緩和ケアとは‘生きることを諦めた’医療ではないのです。むしろ、様々な困難の中で、それでも自分の人生を最後まで精一杯生きようとする人に、そっと寄り添い、一緒に道を歩んでいくものです。そして、いずれは、寄り添った人も、寄り添われる身になり、いつか全員がどこかで再会できるような気が私はしています。私は、若くして小児がんで亡くなった子どもたちと、お別れの時に心の中で『さようなら』ではなく、『またね』と言っています（写真１、２）。

写真１

写真２

死とは全ての終わりなのか、それとも、体がなくなっても、心や魂といったものは残るのかどうかを、科学的に証明することはできません（もちろん、自分が死んだ時には真実がわかるのでしょうが、その時には自分自身も体を失っているため、この世に生きている人に対して、証明して見せることはできません）。そのため、それを理由に「死は全ての終わりである」と断言してしまっている医師もいます。

しかし科学とは、「神のなせる業のうち、人間が理解できる形になったもの」のことです。人間の耳には聴こえない音、目には見えないもの、つまり五感で捉えられないものがあることは、その科学の世界においても証明されています（例えば、ラジオから流れてくる音楽や人の声は、周波数を合わせなければ聴こえませんが、確実に私たちの身の回りに存在しています）。だとすれば、愛する人が亡くなり、物理的な身体としての存在を私たちの五感で捉えられなくなったとしても、もともと形のない心や魂は、姿を変えてこの世に存在している可能性はあるのではないでしょうか。

たとえ亡くなっても、もし大切な人の心や魂がどこかに残っていて、今もこちらの世界で生きている私たちのことを気遣い、大切に思ってくれているのだとすれば、その人たちが安心したり、喜んでくれるような生き方を、できればしていきたいと私は思います。そして、いつか再会できた日に、「今まで見守ってくれてありがとう。まだまだだけど、これくらいは頑張れたよ」と報告できるように、毎日を大切に、縁あって知りあった人たちに感謝しながら、自分にできる精一杯のことをして生きていきたいと思います。そして、それが緩和ケアという医療の根底に流れる思いであると私は考えています。

公立阿伎留医療センター　患者サービス改善委員会　発刊

阿伎留通信については、第１回から最新号まで、公立阿伎留医療センターのホームページで御覧になることができます。ホームページアドレス(http://www.akiru-med.jp)