

千葉市在宅医療・介護連携推進事業 講演

治らない病気と共に
あなたらしく生きることを支える
— 緩和ケアについて —

千葉県がんセンター 緩和医療科
坂下美彦

山田和夫（仮名）さん

68歳

証券会社に勤務し定年退職

性格は生真面目で努力家

子ども達は既に独立

今後は奥さんと好きな人生を送りたい

2015年 胃がんと診断

山田さんの経過

- 2015年12月 手術（胃の3分の2を切除）
- 2016年 6月 リンパ節転移（再発）
抗がん剤が開始（治癒困難と説明）
⇒ 絶対治してやる
- 病状の進行、2つ目の抗がん剤
- 2017年10月 肝臓と骨に転移、緩和ケア専念も提案
⇒ 出来る限りの治療を受けたい
- 3つ目の抗がん剤
- 2018年 1月 病状悪化し緊急入院

これ以上の抗がん治療は困難

山田さんの状態

リンパ節、肝臓、脊椎に転移
腹水貯留（腹膜播種）

腹部に痛みがあり、カロナール内服
軽度の腹部膨満、両下肢に浮腫
点滴スタンドにつかまり歩行
食事は少量



よく使う痛み止め

- カロナール（アセトアミノフェン）
- ロキソニン（ロキソプロフェン）
- 医療用麻薬（モルヒネの仲間）



内服薬



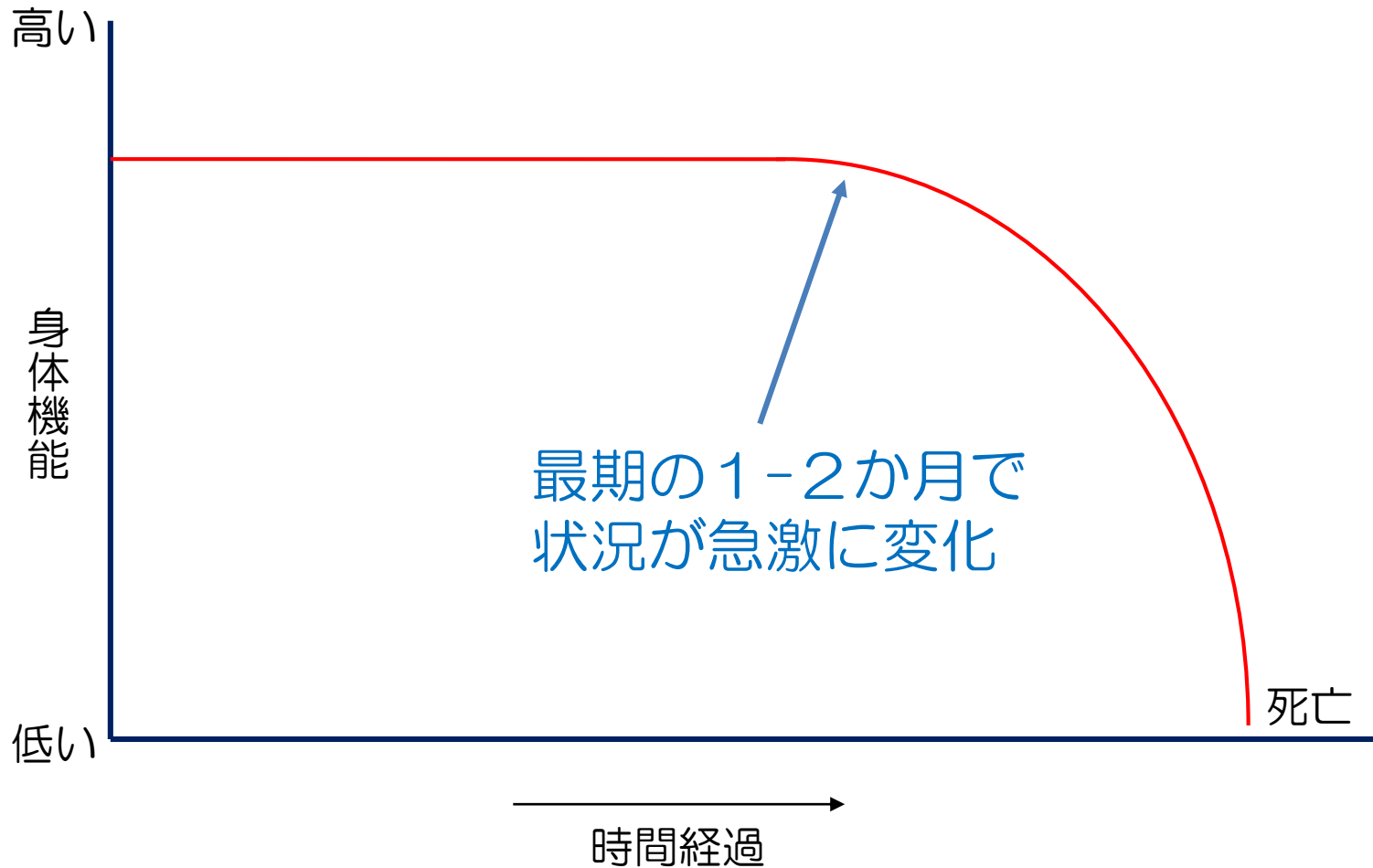
貼付剤



持続皮下注射

「先生、あとどれくらいでしょうか？」

がん終末期の一般的な経過



もし、あなたが余命が3カ月としたら

1. どこで療養したいですか？
2. 最期をどこで迎えたいですか？

A ご自宅

B 施設

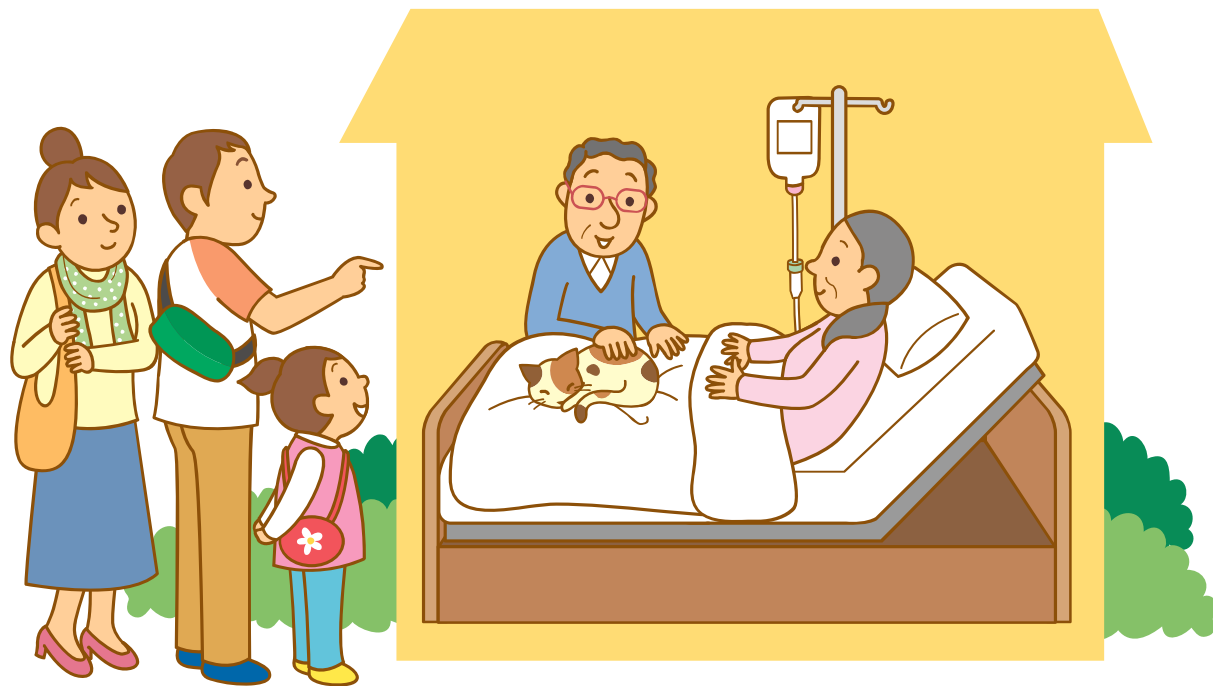
C 病院



最期まで自宅？

終末期に自宅療養を希望

63.3%

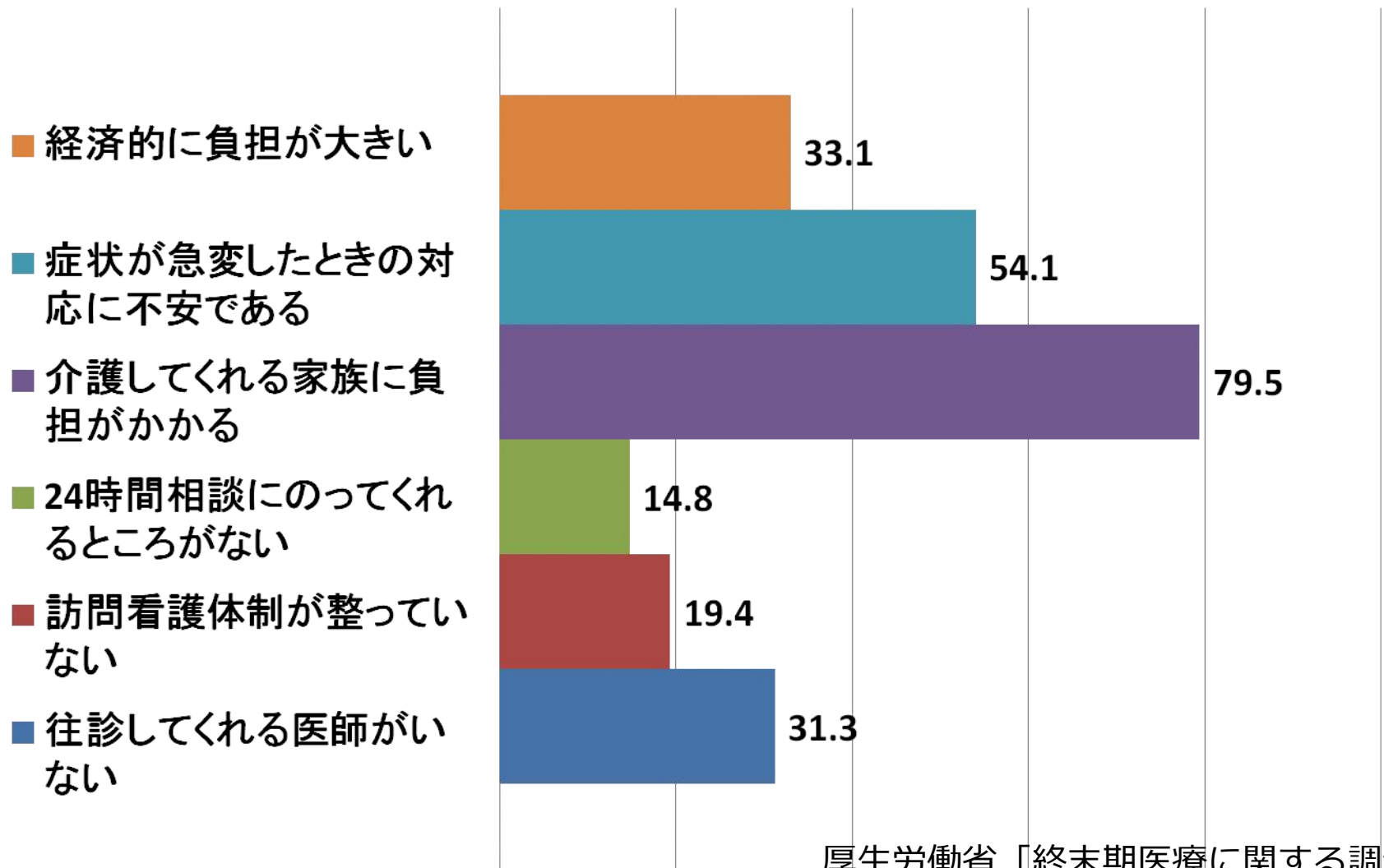


66.2%

自宅で最期まで療養するのは実現困難

厚生労働省「終末期医療に関する調査」
(PEACE緩和ケア研修会スライド)

なぜ最期まで自宅は困難と思うのか？



厚生労働省「終末期医療に関する調査」

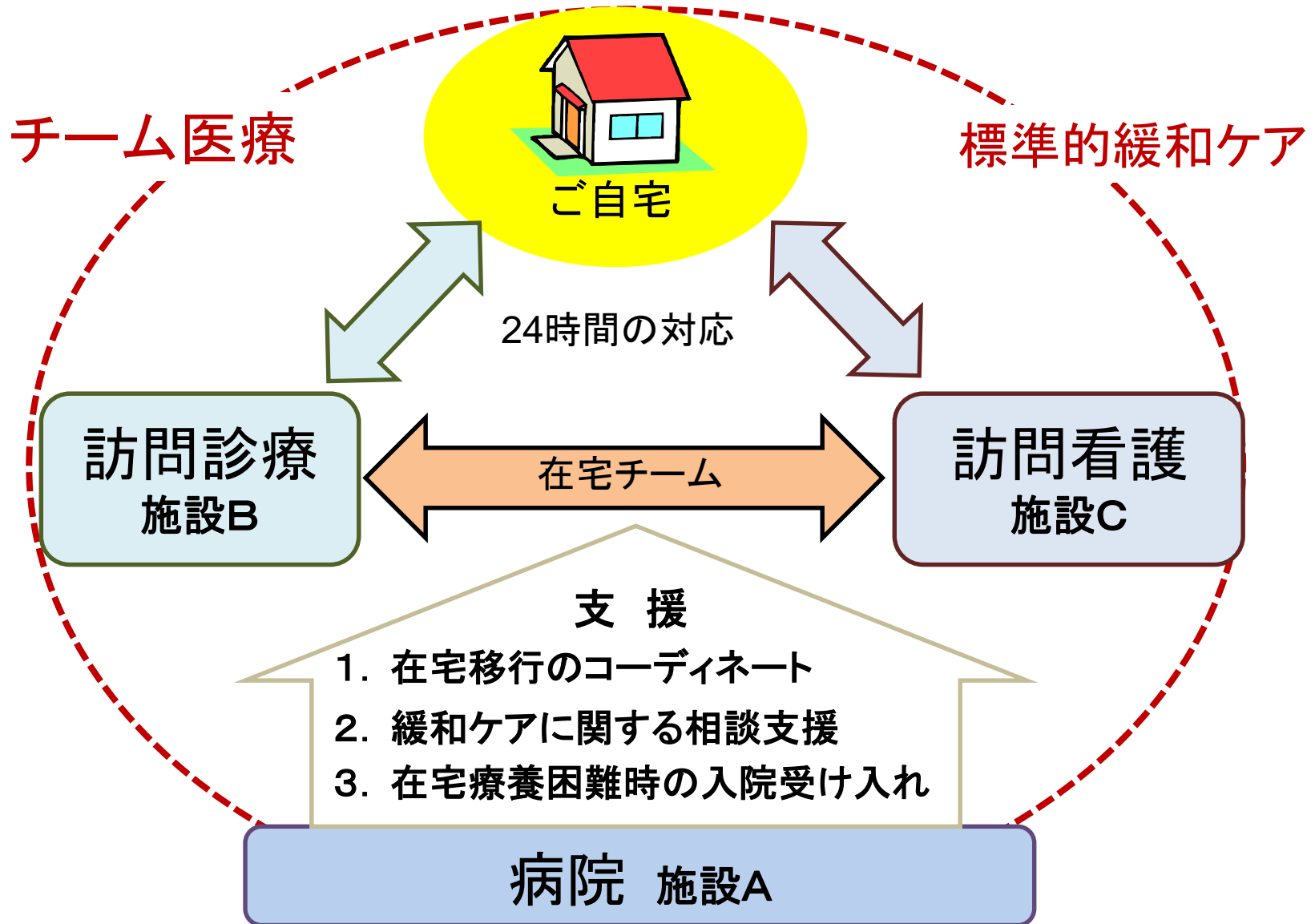
(PEACE緩和ケア研修会スライド)

在宅移行へのバリア

- 医療資源の問題
 - 在宅医療を支える病院・診療所や訪問看護ステーションがない
- 本人や家族の不安や誤解
 - 家族に迷惑をかける
 - 病院にいたほうが良い治療が受けられる
- 医療スタッフの認識不足や誤解

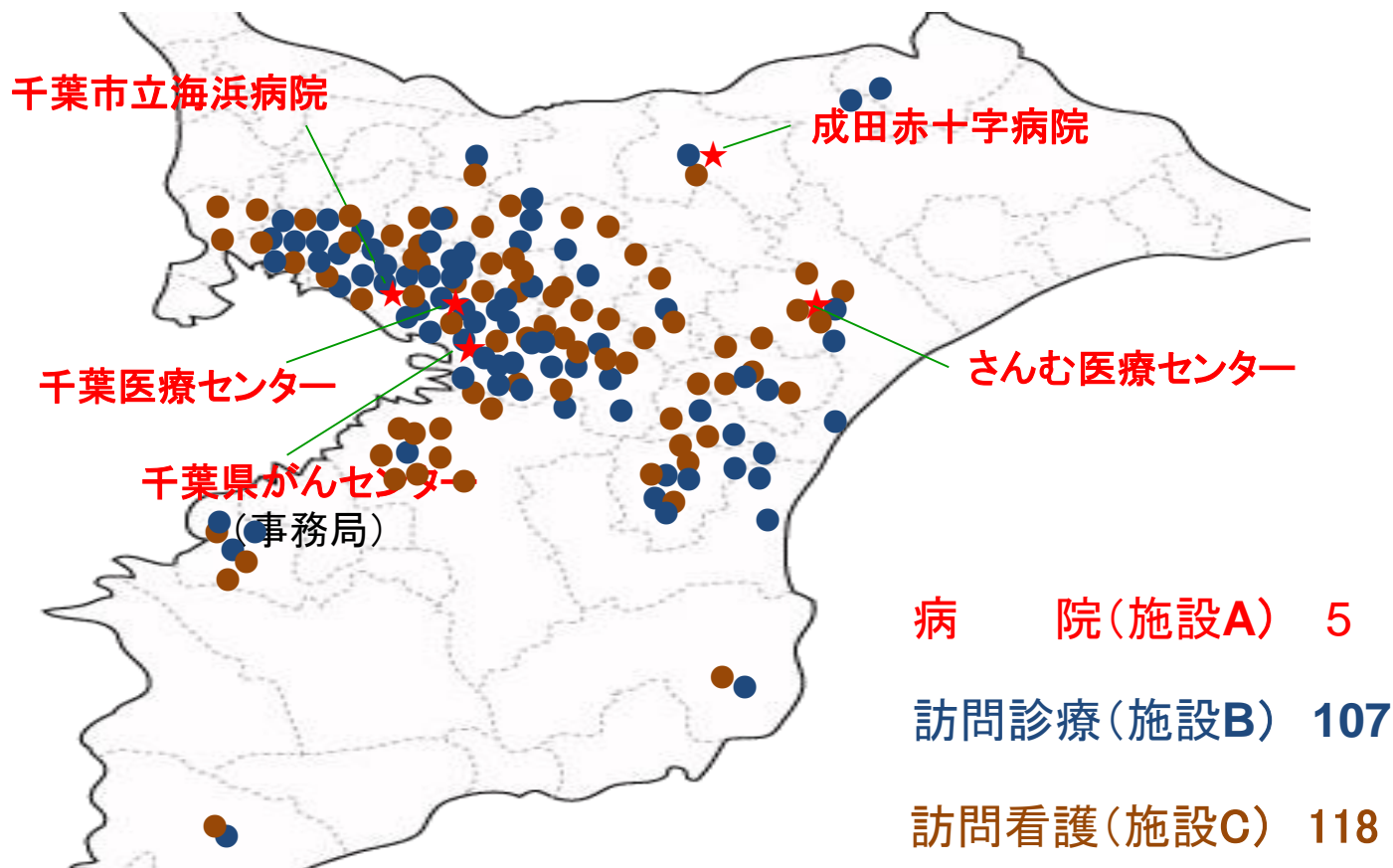
在宅緩和ケア地域連携のルール

(千葉緩和ケア地域連携研究会)



緩和ケアのネットワーク

(千葉緩和ケア地域連携研究会)



今後のこと

余命は3カ月以内かもしれません。

山田さんはどこで過ごしたいですか？

「家で過ごしたい。早く家へ帰りたい。」

⇒ 在宅緩和ケアへ移行が決定

在宅緩和ケアの準備

訪問診療（在宅医）

訪問看護ステーション

介護保険の申請、ケアマネージャーが決定

緩和ケア病棟の登録（入院が必要な時に入院）

合同カンファレンスが開催

今週末に退院が決定

しかし、山田さんの表情は固かった。

山田さんの心の中

解決できる苦しみと解決できない苦しみ

身体的な苦しみ

精神的な苦しみ

社会的な苦しみ

スピリチュアルな
苦しみ

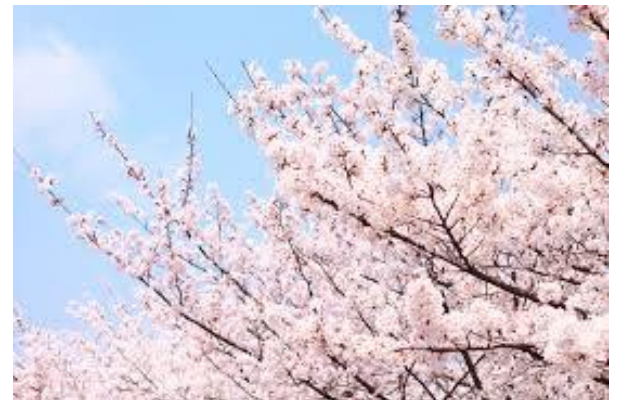
山田さん その後

2018年2月 在宅緩和ケアへ移行

4月 ご自宅で逝去

山田さんの「支え」の一部

- 話を聴いてくれた在宅医
- 奥さん（雅子さん）
- 誕生日を祝ってくれる家族
- 似顔絵を描いてくれるお孫さん
- 父親としての役割「家族を守りたい」
- 家族への夢「悔いのない人生を送って欲しい」
- 手紙を残したこと「家族への感謝、メッセージ」



緩和ケアで大切なこと

- 苦しみを軽減すること
- 支えを強めること

その時の支え

もし、あなたが余命3カ月としたら

あなたの「支え」はなんですか？

「苦しみ」を通してしか見えない「支え」もある

「苦しみ」を通して見える「支え」

苦しみ



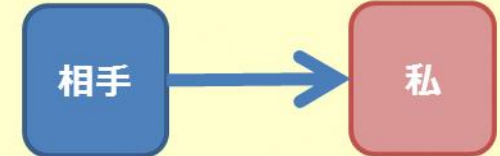
- 何げない優しさが嬉しい
- 家であたり前に布団で休めることは幸せだと思う
- 家族が近くに居るだけで心が穏か
- 草木や自然の偉大さを愛おしく思う

3つの支え

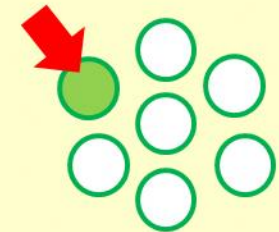
1. 将来の夢（時間存在）



2. 支えとなる関係（関係存在）



3. 選ぶことができる自由（自律存在）



将来の夢

人は、過去の出来事から生まれた将来の夢に向けて、
今を生きようとします

たとえ今がつらくても、将来の夢があるとき、
生きようとする力が与えられます



Aさん17歳、女性、受験生の場合

1. 大好きなおばあさんが脳梗塞で入院した

3. 看護師になるために苦手な科目も勉強している

2. 看護師さんになりたい



支えとなる関係

人は、1人ではとても弱い存在です



しかし、自分のことを心から認めてくれる
誰かとの「支えとなる関係」が与えられると、
一転して強くなります



選ぶことができる自由（9項目）

- ☒ 「～を選ぶことができる」と穏やか」= 穏やかになる条件
- ☒ 考えるための視点

- ①療養場所
- ②心がおちつく環境
- ③尊厳
- ④希望
- ⑤保清
- ⑥役に立つ、役割
- ⑦ゆだねる
- ⑧栄養
- ⑨お金

両（療）
親（心）
尊
き（希）
保て
役割
ゆだねよう
（養）
かな（金）



選ぶことができる自由（9項目）

【療養場所を選べる】

自宅、病院、施設・・・どこで過ごすか。

【心がおちつく環境（条件）】

痛みがないこと、大好きな庭や花を眺めること、好きな音楽を好きなように聞くこと・・・など。

【尊厳】

人生の最終段階では尊厳が奪われていく。

その人が人生において大事にしてきたこと、どこでどんなことをしてどんな役割を果たしてきたのか。どんなことに誇りを持ってきたのか。丁寧に聴いていくと、その人らしさが表れる。

(参考) 尊厳

- ◆ 重要・大切と思うこと
- ◆ 誇り
- ◆ 果たしてきた役割
- ◆ 達成したこと
- ◆ 伝えたい人生の教訓
- ◆ 伝えたい大切な人への希望 など・・・

選ぶことができる自由（9項目）

【希望】

希望が与えられると生き活きとする。こんなことをしてみたい。

【身体をきれいに保つことができる（保清）】

身体をきれいにすること。お手洗いやお風呂。人生の最終段階では一人では難しくなる。どんな形で歩けないからこうであると決めつけずに、どのような形を本人が望むかを誰にお願いするかを含めて考える。

【役に立つ・役割がある】

まもなくお迎えが来る、何の役にも立てていない。と思っていた人が、「私にもこんな役割がある」

選ぶことができる自由（9項目）

【手放す・ゆだねる】

本当は自分でやりたいことを、信頼できる相手をお願いする。本当は会社を自分で経営したい、盆栽の手入れをしたいなど。

【栄養】

栄養の選択肢として経口、経管栄養、点滴などがある。また、間もなくお迎えがくる状況であったとしても、口腔ケアは最後まで介護・家族ができる。

【お金】

医療・介護費の負担、また家族の生活にかかる各種金銭面での負担が少ないなど。

支えを強めるための多職種の話あい

- それぞれの支え（何を）を、誰が、どのように支援できるか考える
- 「支え」担当だった人は、それぞれ拳がった「支え」（何を）について、「苦しみ」担当だった人は、「支え」に入れた項目を一緒に考える

	内容	誰が	どのように
苦しみ			
解決できるもの	<input type="checkbox"/>		
解決困難なもの	<input type="checkbox"/>		
支え			
選ぶことができる自由			
①療養場所	<input type="checkbox"/>		
②心が落ち着く環境	<input type="checkbox"/>		
③尊厳	<input type="checkbox"/>		
④希望	<input type="checkbox"/>		
⑤保清	<input type="checkbox"/>		
⑥役に立つ、役割	<input type="checkbox"/>		
⑦ゆだねる	<input type="checkbox"/>		
⑧栄養	<input type="checkbox"/>		
⑨お金	<input type="checkbox"/>		
関係			
将来の夢			

拳がった「支え」に対し、「誰が」「どのように」支援できるか考える

例：ゆだねる

- ✓ 盆栽
- ✓ 信頼できるBさん
- ✓ 手入れの方法を伝え、あとはゆだねる
- ✓ トイレ・お風呂
- ✓ 本人がゆだねてもよい人
- ✓ 本人の希望に応じて入れるようにする

がんの末期でもご自宅で
穏やかに過ごすことは可能です

自らの支えを知ること