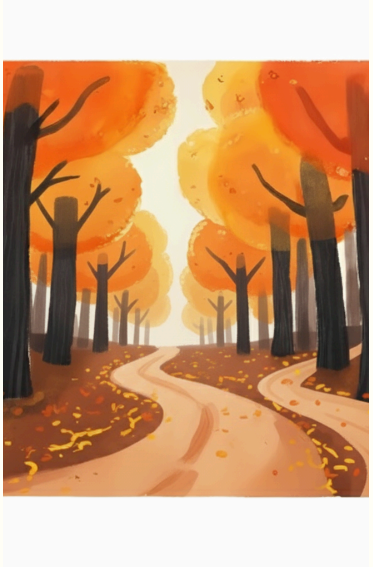
げんまい新聞

第6号　日々の在宅医療介護に役立つ知恵と情報をお届けします

製作者
玄米
クリニック
西原町翁長834
トムズビル2階
☎098-944-6663

「もし、口から食べられなくなったら？」
大切なご家族のために、今考えておきたい二つの道



ご家族が病気や加齢で口から食事が難しくなったとき、ご家族は深く重い問いに直面します。かつては胃瘻などの栄養補給が当たり前でしたが、近年は、ご本人の意思や生き方を尊重し、人工的な栄養補給を行わず、自然な経過の中で穏やかに過ごす「平穏な看取り」も大切な選択肢となっています。
どちらが絶対的に正しいわけではありません。大切なのは、ご本人がどう生きたいかを尊重することです。そのためには、ご家族がこれら二つの道を深く理解し、話し合うことが何よりも重要です。ここでは、その二つの選択肢について、ご一緒に考えていきましょう。

選択肢①【平穏な看取り】自然な経過を支えるという選択

これは、人工的な栄養補給（胃瘻や点滴など）は行わず、ご本人の身体が求める自然な変化に寄り添い、苦痛を和らげるケアを最優先する考え方です。

◎ この選択肢が目指すこと

- 身体への負担が大きい医療行為を控え、穏やかな時間を過ごすこと。
- 無理に栄養を入れないことで、かえって身体が楽になる場合があること。
  （終末期には、身体が水分や栄養を多く受け付けなくなり、無理に入れると痰が増えたり、身体がむくんだりして苦痛につながることがあります）
- 人生の最終段階を、医療的な処置に囲まれるのではなく、その人らしく、尊厳をもって迎えること。

◎ ご家族が考えること・できること

多くの方が「栄養を入れないと、餓死させてしまうのでは？」と心配されます。しかし、老衰や病気の終末期において、身体は徐々に活動を終える準備に入り、それに伴って食欲や喉の渇きも自然と失われていくことが分かっています。
この選択をする場合、ご家族や医療者が行うのは「何もしない」ことではありません。むしろ、ご本人が心地よく過ごせるよう、より細やかなケアが重要になります。

- 口腔ケア：口の渇きを潤すために、湿らせたガーゼで唇を拭いたり、保湿ジェルを塗ったりします。

- 環境整備：ご本人が安らげる音楽をかけたり、好きな香りのアロマを焚いたり、優しく身体に触れたりします。
- 苦痛の緩和：痛みや息苦しさなどがあれば、お薬を使って和らげます。

これは、延命を目指すのではなく、人生の最後の時間を「どう豊かに過ごすか」に焦点を当てた選択と言えます。

選択肢 2：【胃瘻】身体を栄養で支えるという選択

これは、お腹から胃へ管を通し、そこから直接栄養を補給することで、生きるために必要なエネルギーを身体に届け、生命を維持する考え方です。

◎ **この選択肢が目指すこと**

- 栄養状態を改善・維持し、体力を保つこと。
- 栄養不足による床ずれ（褥瘡）の発生を防いだり、治りを良くしたりすること。
- 経口摂取が難しい原因（例：脳梗塞後の嚥下障害など）が回復する可能性に備え、それまでの間、体を支えること。
- ご家族と共に過ごす時間を、少しでも長くすること。

◎ **ご家族が考えること・できること**

胃瘻は、あくまで栄養を補給するための「手段」です。病気そのものを治す治療ではありません。そのため、ご家族は以下の点を理解しておく必要があります。

- 肺炎のリスク：食事による誤嚥は防げますが、唾液などを誤嚥するリスクはなくならず、全ての肺炎を予防できるわけではありません。
- 日々のケア：胃瘻周りの皮膚を清潔に保つケアや、栄養剤の注入といった日々の管理が必要です。（方法は医療者が丁寧に指導します）
- ご本人の意思：もしご本人が意思表示できるなら、「管に繋がれて生きることを望むだろうか？」という視点が重要になります。意思表示が難しい場合は、「その人らしさ」をご家族が一番に考えてあげる必要があります。

これは、身体的な生命の維持に重きを置き、回復の可能性を信じたり、共に過ごす時間を大切にしたりするための選択と言えます。

どちらの道を選ぶか、ご家族で話し合うために

この問いに、誰にでも当てはまる「正解」はありません。大切なのは、ご本人のこれまでの人生や価値観を、ご家族がもう一度深く考えてみることです。

- ご本人は、どんな生き方を大切にしてきましたか？（「最期まで自分らしくいたい」「一日でも長く生きたい」など）
- もしご本人が話せたら、今のこの状況をどう思うでしょうか？
- ご家族として、ご本人にどう過ごしてほしいですか？

これらの問いにすぐに答えを出すのは、とても難しいことです。だからこそ、ご家族だけで抱え込まず、必ずかかりつけの医師や看護師、ケアマネージャーに相談してください。医療の専門家として、それぞれの選択をした場合の医学的な見通しや、受けられる支援について詳しく説明してくれます。

ご本人のこれまでの人生に敬意を払い、ご家族が悩み、話し合って出した結論は、どちらの道を選んだとしても、最も尊い選択です。