げんまい新聞

第34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

「延命治療」について、家族で話してみませんか？

ご家族の介護、本当にお疲れ様です。
日々の生活の中で、ご本人の体調が少し変わるたびに、胸がドキッとしたり、不安になったりすることもあるかと思います。
介護をしていると、いつか「延命治療（えんめいちりょう）をどうしますか？」と、難しい選択を迫られる日が来るかもしれません。

「延命治療」という言葉は知っていても、なんだか重たくて、縁起でもない気がして、つい考えるのを後回しにしてしまいがちです。
でも、**一番大切なご家族が「どう生きたいか」を知っておくこと**は、ご本人にとっても、介護するご家族にとっても、将来の不安を和らげる「お守り」になります。
今日はその「延命治療」について、少しだけ一緒に考えてみましょう。

そもそも「延命治療」ってなんですか？

とても簡単に言うと、「病気を治すため」ではなく、「命の時間を延ばすため」の医療のことです。例えば、風邪をひいたら風邪薬を飲みます。これは「治すため」の治療です。
そうではなく、ご本人の体力が弱り、病気の回復が難しくなったときに、「命を保つこと」を目的とした治療を「延命治療」と呼ぶことがあります。
具体的には、以下のようなものが代表例です。

1. **人工呼吸器（じんこうこきゅうき）**自分で呼吸するのが難しくなったとき、機械で呼吸を助けます。
2. **胃ろう（いろう）**口から食事ができなくなったとき、お腹に小さな穴を開けて、直接、胃に栄養を送る方法です。
3. **心臓マッサージ（しんぞうマッサージ）**心臓が止まったときに、胸を押して心臓を動かします。

これらは、いざという時に命を救う素晴らしい医療です。
しかし、病気の状態によっては、「治る」わけではなく、「生きる時間を延ばす」ことになります。

「選ぶ」ことの難しさ

ご家族としては、「1日でも長く生きてほしい」と願うのは、当たり前の、深い愛情です。
一方で、ご本人の立場に立つと、どうでしょうか。
「管（くだ）につながれたまま、意識もなく生き続けるのはつらい」
「最期は苦しまずに、自然な形で迎えたい」そう考えていらっしゃるかもしれません。
もし、ご本人の意識がなくなってから「どうしますか？」と聞かれたら、ご家族は非常に悩みます。「本人はどうしたかったんだろう…」「私たちの決断で、かえって苦しませていないだろうか…」と、ご自身を責めてしまうかもしれません。

「治す」から「和らげる」へ

延命治療を選ばない、という選択は、「何もしない」ことではありません。
それは、「緩和ケア（かんわケア）」という、もう一つの大切な医療に切り替える選択です。
緩和ケアとは、病気を治すことよりも、

- **痛みや苦しさを和らげる**
- **不快な症状（吐き気、息苦しさなど）を軽くする**
- **穏やかに、その人らしく過ごせる時間を大切にする**

という考え方です。
「どれだけ長く生きるか」ではなく、「残された時間を、どれだけその人らしく、安らかに過ごせるか」に光を当てる医療です。

一番大切なこと、それは「今、話しておく」こと

今回一番お伝えしたいことは、「延L命治療をすべき・すべきでない」ということではありません。
一番大切なのは、**ご本人が元気で、まだご自身の気持ちを話せるうちに、家族みんなで「もしもの時」の話をしておくことです。**

日本ではこれを「人生会議（ACP）」と呼んでいます。
「もしも、食べられなくなったら、どうしたい？」
「もしも、自分で息ができなくなったら？」
「最期は、お家と病院、どっちがいい？」
そんな重い話、切り出しにくいですよね。
でも、これは「縁起でもない話」ではなく、「あなたの最期までの望みを、私たちが叶えたい」という、最大の愛情表現です。
「お父さん（お母さん）は、どんなふうに過ごしたい？」
その一言が、いざという時、ご本人にとっても、ご家族にとっても、後悔のない選択をするための、何よりの道しるべになります。
「あの時、聞いておけばよかった」と後悔するのではなく、「あの時、話しておいてよかった」と思えるように。
ぜひ、お茶を飲みながらでも、リラックスした時間に、少しずつお互いの気持ちを話し合ってみてください。

この新聞が、ご家族の対話のきっかけになれば幸いです。
もし、ご家族だけで話し合うのが難しければ、かかりつけのお医者さんや、ケアマネージャーさん、訪問看護師さんなど、いつもそばにいる専門家に「ちょっと相談したいんだけど…」と声をかけてみてください。きっと、一緒に考えてくれるはずです。