

今回は緩和ケアを専門とされている森田達也さんの話を紹介します。

大学を卒業した時、「緩和ケア」の医師になろうと思いました。「緩和ケア」とは、「苦痛を和らげる治療」のことです。学生の時、不思議でしかたなかったのですが、医師の養成課程では、「病気の治し方」は習いますが、「苦痛の和らげ方」はほとんど習いませんでした。

日本では、「苦痛を和らげる」という役割はホスピスが中心になっていましたので、ホスピス病棟で働きました。今は、「緩和ケアチーム」として、主にがん治療を行っている患者さんの「苦痛」の治療にあたっています。幅広い緩和ケア この経験で、皆さんに知っていただきたいことが二つあります。

一つ目は、「緩和ケアは病気の時期とは関係ない」ということです。緩和ケアは「苦痛に対する治療」であって、病気の進行がどうであろうと関係ありません。抗がん治療に伴う倦怠感やしびれ、吐き気をなるべく少なくする方法に取り組むことが、緩和治療医に求められています。例えば、ある方はがんが見つかったときに痛みが強くありました。夜も眠れず痛みのせいで治療もできない状況でしたので、まず、オキシコドンという医療用麻薬を使用して、痛みがない状態を目指しました。数日で痛みを和らげることができたので、あわせて、抗がん治療を開始し、がんがコントロールできてから鎮痛薬を減らしていきました。昔であれば、「治療しているから痛みは我慢して」と言っていたところでしょうが、最近ではこのように、緩和治療と抗がん治療を一緒に行います。また、ある方は、抗がん治療による吐き気がつらくて、「吐き気がつらいので抗がん治療をやめたい」とおっしゃっていました。そこで、吐き気止めとして外国で使用されて有効なことが示されている薬剤を一緒に使用してもらったところ、化学療法を継続できるくらいに和らげることができました。このような治療に伴う副作用の緩和にも、今後出番が増えてくると思います。

二つ目は、「ホスピスの快適さ」についてです。まず、「ホスピスってどうなんだろう？ ……死に行く所って感じだもんなあ」から始まります。入院してしばらくすると、「あーもっと早く来ればよかったかなー。とってもホスピスは快適だ」。これは私が10年ほど前に毎日のように体験していたことと同じでした。多くの方はホスピスに入院することに気持ちの抵抗を持っていらっしゃるようです。たしかに、ホスピスは病気の進んだ方を見ることが多いのですが、最近では、「在宅療養の支援」といって、うちでいらっしゃる時に一時的に苦痛が悪化した時に入院して、症状緩和やリハビリテーション、ご家族も少し休んでまたうちに戻る、という取り組みを行っているホスピスも多くなりました。これは、在宅でできる痛み止めができたり、在宅診療を行う診療所が増えていることから、「希望すれば家で過ごすことができる」ようになってきたことも反映しています。だれでも、不安さえなければ、住み慣れた家で過ごしたい気持ちがあると思います。「街角の自宅のすぐそばにあって、自宅と行き来できるホスピス」を作っていければいいと思います。緩和ケアを上手にを使って、病気であってもなるべく普通の生活が送れるように、住み慣れた場所で過ごせるように、そういう余裕が生まれることに少しでも役に立ちたい、そう考えています。

- 1) 「緩和ケア」とは？ ()
- 2) 幅広い緩和ケア この経験で、皆さんに知っていただきたいことを二つあげてください
()
()
- 3) 「街角の自宅のすぐそばにあって、自宅と行き来できるホスピス」を作ることで、どのようなことにも役立ちたいと言っていますか？
()