

# 在宅ホスピス医・内藤いづみ

## 在宅ホスピスってどんな医療？

どんなお仕事をしていますか？ と問われると、「在宅ホスピス医です」と答えます。山梨県甲府市で小さな内科のクリニックを営みながら、午前中に一般外来の診療をし、午後は主に終末期のがん患者さんの自宅へ往診する日々。自宅で過ごす末期がんの患者さんの緩和治療をしながら、患者さんが毎日を安心して快適に過ごせるようお手伝いをしています。

ここ10年ほどで、ホスピスという言葉をよく耳にするようになったのではないのでしょうか。ホスピスケアとは、主に積極的な治療効果が期待できない末期のがん患者さんに対して、からだと心の痛みをできる限り取り除き、人生の終末期（ターミナル期）をその人らしく生きるための手当をすることを指します。

そのホスピスケアを、病院ではなく、患者さんが一番安らげる自宅で行うのが私の医療活動「在宅ホスピスケア」なのです。

## どうしてホスピス医に？

昭和50年代の後半、まだ東京の大学病院に内科医として勤務医をしていた頃、快復の望みのないがん患者さんに対して、肉体・精神両面の苦痛を取り除くことよりも、抗がん剤治療などしか方法のない医療に、深い失望感を覚えました。まだ、日本にホスピスはわずか2～3カ所の時代です。ちょうど、そんなときにイギリス人の夫の転勤による帰国が決まり、一緒に渡英。そこでホスピスの施設で研修する機会に恵まれ、経験を積むうちに「モルヒネなどで痛みを緩和できれば、がんの末期でも病院のベッドに拘束されずに、笑顔で生活できる。これを日本でも実践したい」と思ったのでした。

「がんの痛みが消えれば、残りの人生に笑顔を取り戻せる」ということを、ひとりでも多くの人に知ってもらいたい、「いのちが終わるその瞬間までその人らしく生きられるよう」お手伝いをしたいと願って在宅ホスピスケアを続けています。

## 家族で取り組む大切さ

家族にとっても、重病人の入院介護と家庭生活の両立は、想像以上に大変なこと。その点、在宅ケアは、日常生活というサイクルの中で介護できるよう、専門の医療チームに態勢を整えてもらうことが可能です。また、患者さんが亡くなったあと、残された家族に充実感があります。大切な人を失うわけですから、どんなに介護をしても、後悔は必ず残ります。それでも、自ら手を尽くして看取ったという充実感はとても大きいものです。

## 在宅での3つの条件

- 1 患者さん本人の、家にいたいという意志
- 2 患者さんを見る家族の結束
- 3 24時間態勢のチーム医療

この3つの条件が満たされていれば、在宅ホスピスケアは可能です。ただし、緊急の場合を考えて、私のクリニックで受けているのは甲府市近郊の家庭だけです。

各地にある訪問看護ステーションなど、在宅ホスピス医のルートもあるはずですが、「自分でも在宅ホスピスを」とお考えなら、地元の情報を収集してください。もちろん、自分の信頼できるホームドクターを持つことが大切です。

### ベストの選択ができるか

がんで亡くなる日本人は、年間約30万人。自宅で亡くなる方は、およそ1万8000人でわずか6%（2002年厚生労働省資料）。

家族に見守られ穏やかに旅立ちたいと望んでも、叶えられない患者さんが多くいるのです。ただし、勘違いしないで欲しいのは、「在宅ケアがベスト」ということではありません。「病院でのケアが安心」という方もいるでしょう。重要なのは『患者さんが安心していられるところを自由に選べる』ということなのです。

生まれた以上は“死”があるのは、とても自然なことです。

人生はよく一日に例えられます。夜になって眠りに就くときが死ぬときだと。だとしたら、ある程度年齢を重ねてきたら『夜が近い』ということをして、自ら言い聞かせて、その日一日を感謝してしっかり生きる。そういう自覚が大切なのではないでしょうか。

プロフィール 昭和31年生まれ。山梨県六郷町出身。福島県立医大卒業後、東京女子医大内科等に勤務。昭和61年から英国のホスピスで研修を受ける。平成7年に「ふじ内科クリニック」開業。日本ホスピス・在宅ケア研究会理事。平成14年10月、本年7月にNHK教育テレビのETV2002、ETV2003で医療活動が放送される。著書に『笑顔で「さよなら」を 在宅ホスピス医の日記から』（KKベストセラーズ）、『あなたと話がしたくって』（オフィスエム）、『いのちに寄り添って』（オフィスエム）など多数。不定期で、フリーペーパー「ひなたぼっこ通信」を発刊。

ふじ内科クリニック連絡先 = 〒400-0008 甲府市緑ヶ丘 1-4-16

tel・fax 055-252-5150