

いりょう
医療

关于生命末期医疗、护理的自我选择

人生終末期における医療・ケアの自己選択

一直以来，《天天好日》为了归国者们能够身体健康、精神饱满地过好每一天，刊载了许多有关如何保持身心健康的文章。另外，针对“自己过世后的去处”这样的担心，我们还为大家介绍了面向归国者的墓地。

在本期里，我们想谈谈有关人在生命末期的医疗以及护理的问题。或许有的人并不愿意想这些事，但这是一个所有人都要面对的问题，还是让我们一起来思考一下吧！

已经进入了超高龄化社会的日本，在人生最后阶段选择利用什么样的医疗、如何迎接自己人生的终点这方面，出现了自己考虑、自己做出选择的趋势。比如，在知道自己剩余时间不多的情况下，要不要接受医疗处置（延命医疗），想要什么样的延命医疗等等。



◆关于延命医疗

所谓延命医疗，正如字面所言是为了维持生命的医疗处置，其目的不是为了治愈疾病。

有一项统计数据显示，超过 90% 以上的老年人表示“不希望进行仅仅是以延长生命为目的的医疗”。可是实际上，很多的医院还是会进行延命医疗。其背景似乎在于以下两点：面临是否进行延命治疗的选择时，本人往往无法表达自己

『天天好日』ではこれまで、帰国者の皆さんが元気で生き生きと日々の生活を送れるように、心身の健康を保つための記事を多く掲載してきました。一方で、自分が亡くなった後の行先も気になる——という声にこたえ、帰国者のお墓も紹介してきました。

今号では、その間にある人生の終末期の医療やケアの問題を取り上げたいと思います。そんなこと考えたくないと思う方もいるかも知れませんが、すべての人に訪れる問題ですから、一緒に考えてみましょう。

超高齢社会に突入した日本でも、人生の最終段階に入ったとき、どのような医療を選び、どのように最期の時を迎えるかを自分で考えていこうという流れが出てきています。例えば、余命わずかとわかった場合、どのような医療処置(延命治療)を受けるのか、受けないかなどです。



◆延命治療について

延命治療とは、文字通り命を維持するための医療処置であり、疾病の根治を目的としたものではありません。

高齢者の9割以上が「延命のみを目的とした医療は行わないでほしい」と考えている、という統計データがあります。ところが現実には、多くの医療現場で延命治療が行われています。その背景には、延命治療の選択を迫られる場で、必ずしも本人が意思表示で

的意思；患者本人以及家人对延命治疗的利弊缺乏相关的知识。

下面概括总结一下主要的延命医疗。

- (1) 无法自行吞咽摄取营养时——
- ①通过鼻管直接向胃补充营养剂。
 - ②在腹部开小孔做一个胃瘘，直接向胃补充营养剂。
 - ③向血管内注入高热量的点滴药。
- (2) 无法自行呼吸时——佩戴人工呼吸器
- (3) 心脏停止跳动时——通过心脏按摩或电击进行心肺复苏术

这些延长生命的治疗，有时也会给患者带来痛苦以及行动上的限制。并且，一旦开始实施，即使想要中途终止，依照日本法律，也有很多情形不能轻易终止。所以，希望大家能预先了解一些有关延命治疗的目的以及选择这种治疗后患者要承担的风险。

当然，也有恢复之后脱离延命处置的患者，不过，如果预先对上述的利弊有所了解的话，一旦出现紧急情况不至于陷于迷茫吧。

◆事前の意思表达

面临人生的终结，在精神状态好、具有判断能力的时候，把自己临终前希望接受的医疗、护理的意愿提前写好用文字记录下来的人越来越多了。这种文书被称作是“生前预嘱”。内容大体包括：在自己患病毫无治愈可能的情况下，希望接受什么样的延命医疗以及不希望进行什么样的延命医疗；临终前希望在什么地方度过；希望谁最后陪伴在自己身边等。预先将“生前预嘱”的存在传达给家人或是医疗工作者，当难以表达自己的意愿时，这个东西会发挥作用。

きるとは^{かぎ}限らないことや、本人や^{かぞく}家族に延命治療の^めメリット・デメリットの^{ちしき}知識がない、という^{じょうきょう}状況もあるようです。

以下に、^い主な延命治療をまとめてみました。

- (1) 自分の^{くち}口から^{えいよう}栄養をとれなくなったとき
- ①^{はなちゆうぶ}鼻チューブにより^{ちやくせつ}直接^{えいようざい}胃に^{ほきゆう}栄養剤を^{ほうほう}補給する方法
 - ②^{なか}お腹に^{ちい}小さな^{あな}穴を開けて^あ胃ろうをつくり、^い直接^{えいようざい}胃に^{ほきゆう}栄養剤を^{ほうほう}補給する方法
 - ③^{こう}高カロリー^{てんてきやく}の^{けっかんない}点滴薬を^{ちゅうにゅう}血管内に^{ちゅうにゅう}注入する方法
- (2) ^{じりき}自力で^{こきゅう}呼吸できなくなったとき…^{じんこうこきゅうき}人工呼吸器^{そうちやく}の^{そうちやく}装着
- (3) ^{しんぞう}心臓が^と止まったとき…^{まっさーじ}心臓マッサージや^{でんきし}電気ショック^{よっく}などによる^{じんこうそせい}人工蘇生

これらの延命治療は本人に^{くつう}苦痛や^{こうどうじょう}行動上の^{せいやく}制約を^し強いる場合もあり、^{いちどはじ}また一度始めると、^{やめたくても}やめたくても^{にほん}日本の^{ほりつ}法律では^{とちゅう}途中で^{かんたん}簡単に^{やめられない}やめられないことが多いのです。その目的や、選択した場合の本人が^{せお}背負う^{りすく}リスクも^お知っておきたいですね。



もちろん、^{かいふく}なかには^{りだつ}回復して^{じょう}延命処置を^き離脱できる場合も^{じょう}なくはないですが、^{しぜん}上記の^きメリット・デメリットを^{じぜん}事前に^{いざ}知って^{いざ}考えておけば、^{こんらん}いざという時に^{いざ}混乱せず^{いざ}に^{いざ}すむのではないのでしょうか。

◆事前の意思表示

人生の^お終わりに^{はんだんのうりょく}向けて、^{げんき}判断能力のある^{げんき}元気なうちに^{ぶんしよ}終末期の^{ぶんしよ}医療・ケアについて^{ぶんしよ}自分の^{ぶんしよ}意思を^{ぶんしよ}文書に^{ぶんしよ}記して^{ぶんしよ}おこうという人も^{ぶんしよ}増えているようです。これは「^{りびんぐうい}リビングウィル」とも^よ呼ばれて^たおり、^{びょうき}例えば、^{びょうき}病気の



◆ 预先护理计划 (ACP)

最近，一个新的尝试在医院、养老院、老人家中悄然兴起：在接近生命最终阶段时，本人及其家人、医生、护理人员等聚在一起，共同讨论接下来的治疗以及护理。这被叫做是“预先护理计划 (ACP)”，也被称作“人生会议”。

比如说，为了确认本人的意愿，一起共同商讨在剩余的时间里希望在什么地方、和谁在一起、如何度过？以及今后还有什么样的治疗方案可以选择，每个方案各有什么利弊？到了什么状态停止治疗，延命治疗希望持续到什么时候等。

病情发生变化时，再不时地确认这些想法和意愿，以便于“预先护理计划 (ACP)”随时按照本人的意愿进行调整。多次反复召开这样的商讨会议，都是基于如下的考虑——即使有一天患者本人陷入了无法表达自己意愿的状态，周围的人也能比较容易地“顺应本人的意愿做出选择”。

任何人都希望自己能够“平静地自然死亡”。每个人所走的人生道路不同，其价值观也不同，那么对于“平静地自然死亡”所下的定义当然也会有所不同。在信息爆炸、选择呈现多样化的现如今，自己想要怎么样——思考一下，若能和家人一起探讨，就更好了。

回復の見込みがない場合に望む延命処置と望まない延命処置は何か、人生の最期をどこで過ごしたいか、誰に看取ってもらいたいかなどを書き記しておくのです。家族や医療スタッフにその存在を伝えておけば、自分が意思表示することが難しくなった時の助けにもなります。

◆ 「アドバンス・ケア・プランニング (ACP)」

また最近では、医療や介護の現場でも、人生の最終段階に差しかかった時、患者や利用者本人と家族、医療・介護スタッフ等が一堂に会し、これからの治療やケアについて全員で話し合おうという試みも出てきています。これは「アドバンス・ケア・プランニング (ACP)」と呼ばれ、「人生会議」とも言われるものです。

例えば、残された時間をどこで、誰と、どのように過ごすことを望むか、また今後どのような治療の選択肢があり、それぞれどんなメリット・デメリットがあるのか、どのような状態になったら病気を治療をやめ、延命治療はどこまでやってほしいかなどについて話し合い、本人の希望や意思を確認していきます。

病状が変化した時など、折に触れてこの意思確認は繰り返され、本人の気持ちに変化があれば、決定はその都度変更できます。この会議を重ねていくことで、いずれその人が自身の思いを伝えられない状態に陥っても、周囲の人たちが「その人の思いに沿った選択」をしやすくなる——という考えかたです。

人は誰もが「穏やかに自然な死」を望んでいます。一人一人の歩んできた人生に基づく価値観が異なれば、「穏やかに自然な死」の定義も当然違ってくることでしょう。さまざまな情報があふれ、選択肢が多様化する中で、自分はどうしたいのか——一度考えて、家族と話せる機会が持てたらいいですね。 (H)