最期まで自分らしく生きるために

住民向けフォーラムなどで講師を務めるなど「人生会議」の啓発に取り組んでいる医療法人相生会にしくまもと病院（熊本市南区）の林茂名誉院長に話を聞きました。

啓発のきっかけ

私が「人生会議」の啓発に関わるようになったのは、医師として多くの人たちの最期を見届けてきたことに加え、私自身が胆管がんを患い、がんサロンに通った経験が大きいです。

医師としてではなく、がん患者としていくつものサロンに参加しましたが、実際に病気と向き合っている人たちの間でも、「人生の最期をどう過ごすか」という話題はほとんど出ないのが現状でした。

このままではいけないと感じ、医師としてこの問題を多くの人に伝えていく必要があると思い、行政と協力して約4年前に公民館などで人生会議の講演を始めました。

話し合いの大切さ

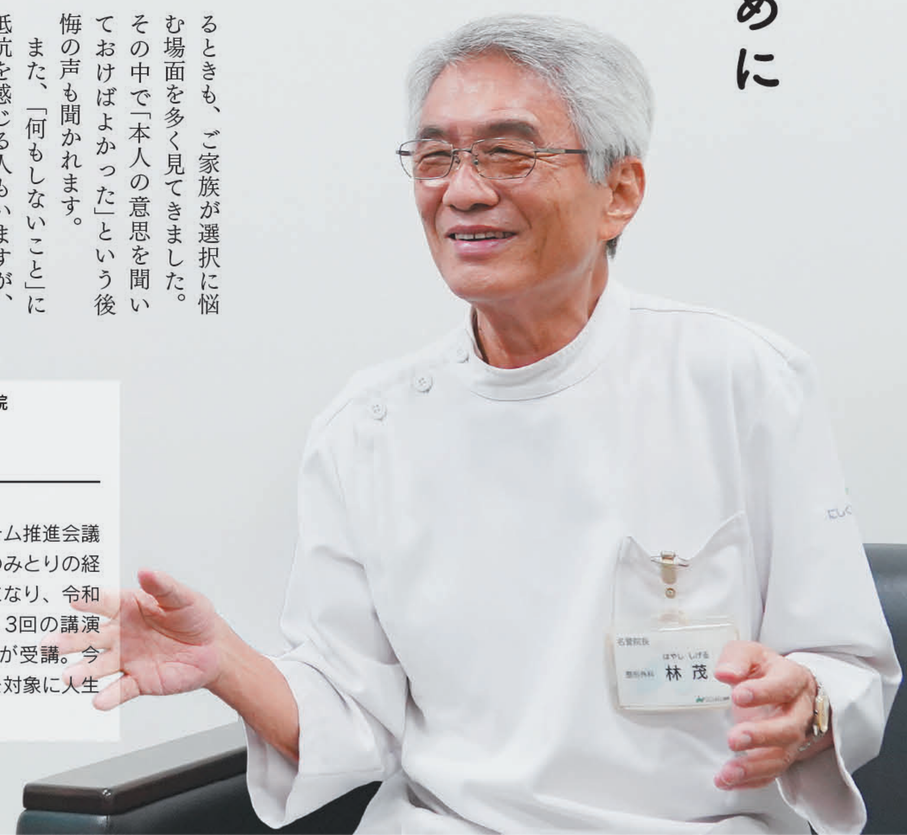
これまで、義母や実母など家族のほか、多くの患者さんをみとってきました。

義母をみとったときは、本人と話し合いができていなかったため、延命治療を行いました。その結果、「苦しませてしまったのではないか」と、自分たちの選択を後悔しました。

一方で、実母をみとったときは、元気なうちに話し合いを行っていたため、本人の希望を尊重した選択ができました。事前に話していたからこそ「何もしない」という選択ができ、安らかにみとることができたので、この決断で良かったと心から思えました。

医師として患者さんをみとるときも、ご家族が選択に悩む場面を多く見てきました。その中で「本人の意思を聞いておけばよかった」という後悔の声も聞かれます。

また、「何もしないこと」に抵抗を感じる人もいますが、これは「手を尽くさない」という意味ではありません。自然に最期を迎えることを選ぶという、穏やかに見送るための大切な選択なのです。私は医師として、そのことを丁寧に伝えるようにしています。



医療法人相生会　にしくまもと病院
林 茂（しげる） 名誉院長

profile
熊本市南区地域包括ケアシステム推進会議会長。自身のがん治療や家族のみとりの経験から人生会議に関わるようになり、令和3年から同区内を中心に月2，3回の講演を開催し、延べ4,000人以上が受講。今年は、宇城市内でも民生委員を対象に人生会議セミナーを開催しました。

「人生会議」してみました

家族構成

自分（林名誉院長）― 妻
妻 ― 長男　長女　次女

林名誉院長
2019年3月、胆管がん手術、1年間の抗がん剤治療を行う。手術の約2年後、自分のこれから先の治療やケアの方法について家族と共有したいと思い、人生会議（家族会議）を実施。

- 自分：もし、これから胆管がんが転移・再発しても、抗がん剤治療などはしたくない。在宅緩和ケアで、痛みを和らげて、最期は自宅での自然なみとりをしてほしい。
- 妻：自宅でみとる場合は自分ひとりではできない。息子や娘の助けがほしい。
- 長男：抗がん剤治療の効果が少しでもあるなら治療してほしい。
- 長女：医者から「最期はどうしますか」と聞かれて、「何もしないでほしい」とは言えない。（冷たい家族だと思われそう。）

人生会議をしたことによって家族間でも考えに違いがあることが判明。

後でトラブルにならないよう、治療方針などを記した事前指定書（メッセージノート）を長男に渡しました。

誰も後悔しないために

これまでの経験を通して、一番大切だと感じることは、「本人の希望を聞いておくこと」。どんな結果になっても、本人がそう望んだのならと、その選択に誰も後悔しません。

人生会議を始める時期に決まりはありません。健康なときでも、入院したときでも、思い立ったそのときで大丈夫です。

ただし、選択を迫られたときには話し合う余裕がないことや本人の希望を聞くことができないことがあるということを頭に入れておいてください。「元気なうち」、「話せるうち」に。

また、実際に話してみると、家族間でも考えに違いがあることに気付きます。今は、自分が望む医療や介護を選べる時代ですが、それを実現してくれる人に伝えていなければ、希望はかなわないかもしれません。

本人が望む自分らしい最期を迎えるために、そして家族や周りの人が後悔しないためにも、人生会議を行い、書面に残しておきましょう。

この特集で初めて「人生会議」を知った皆さんにも、ぜひ自分のこととして考え、話し合うきっかけにしていただきたいと思います。

今こそ考えてみませんか。これからのあなたの人生、最期はどこで、誰と、どのように迎えたいかを―。

セミナーの様子（三角）