

いつまでも自分らしく



誰かの助けがなくて生活できなくなったとき、どこまで過ごしたいと思いますか。どこで最期のときを迎えたいですか。最期まで自分らしくを大切に生きるためには、今何ができるでしょうか。今回の特集で少し考えていきたいと思います。



在宅医療を支える医師

患者の自宅やグループホームなどの施設を訪問し、診療を行う在宅医療。住み慣れた環境での暮らしを続けながら、医療を受けたいと願う患者は多い。そんな希望を叶え、このまちの在宅医療を支えている訪問医・三森医師に話を聞いた。



三森医院 院長 三森 薫 氏

山形大学医学部卒業後、鶴岡協立病院などで内科、外科、小児科を研修。その後も複数の病院で勤務したのち、平成14年から三森医院にて地域密着の医療を行っている。

自宅で待つ患者を訪ねて

ある日の昼下がり、白衣姿に黒い往診バックを持ち、足早にグループホームへ向かう1人の医師の姿があった。自らの診療所の午前と午後の診察の合間を縫って、訪問診療を行う三森医師だ。この日は、グループホームに入所の際、通院が難しくなり訪問診療に切り替えた長峰さんのもとを訪れた。

長峰さんの部屋に入り、「お変わりないですか？元気でしたか？」と笑顔で声をかけると、長峰さんは安心したような表情を見せた。ベッドの横にやっていると、往診バックの中から聴診器を取り出し、お腹などの音を確認していく。その間も長峰さんとの会話を絶やさず、彼女を気遣う言葉や優しく語りかける様子がとても印象的だった。三森医師は月に1度、こうして彼女のもとを訪問する。

納得できる最期のために

三森医師は、この地域で医療を行っている15年になるが、訪問診療に割ける時間が少ないことが悩みだと話してくれた。「もっと訪問診療を行いたいのですが、日中は診療所の診察があり、夜は会議なども多く、思うようにいきません」と語る三森医師は、現在3人の訪問診療をしており、多い時で6人の患者を同時期に診ていたこともあるという。

20年近く在宅医療に携わってきた中で、複数の患者を看取ってきた。「在宅医療では患者さんが住み慣れた自宅で人生を全うし、満足して最期を迎えることができません。また、最期まで一番近くで世話をする家族も、弱っていく姿に向き合う時間があるからこそ、亡くなったことを受け入れやすく、納得して送り出せるようになります。」



1患者さんの待つ部屋へ足早に向かう 2往診バックには血圧計や喉の状態を診る器具なども 3聴診器を当てる間も患者さんに語りかける

大好きな貼り絵に没頭する長峰さん。三森医師がグループホームまで訪問してくれるおかげで、こうした趣味も続けられているという。



長峰フミ子さん (89歳)

2年前にグループホームに入所。仲間と歌や貼り絵を楽しみながら、元気に暮らしている。



近くに心強い医師がいたから、自宅で家族の時間を過ごせました

小高 美智子さん (72歳)

2年にわたり、ご主人を自宅で看病した小高さん。現在は、ご主人を看取った直後に生まれた愛犬とともに暮らす。自宅で看病を支えてくれたのが三森医師だった。「月2回の訪問診療以外にも、なにかあればすぐに三森先生が来てくれたので自宅でも安心して看病できた」と近くに信頼できる医師がいたことが心の支えになっていたという。

入院から在宅に切り替えたそうで、「本人も自宅に帰ることを望んでいた、住み慣れた家に戻り家族で過ごせてよかった。三森先生のほかにも、訪問看護師やヘルパーが毎日来てくれて私を支えてくれた」。そう当時を振り返り、「ひとりになっても寂しくないよう、犬たちを残してくれたのかな」とご主人を懐かしんでいた。

在宅支援充実のために

在宅医療は、万が一のことがあれば24時間体制で患者のもとに駆け付ける必要がある。しかし、日中は診療所での診察があるため、

すぐには行けないこともある。そんなとき、患者にとって頼りになるのが訪問看護師の存在だ。三森医師は看護師との連携を大切にしながら、患者の希望に沿った医療を実現している。今後は新たな担い手の確保が課題。「これまで培ったノウハウを次世代へ引き継ぎ、若い人を育てながら、訪問診療で地域を支えていきたい」。そう語る三森医師は、今日も休憩時間の合間を縫って、黒い往診バックを片手に患者の待つ自宅へ向かっている。