今こそ考える「もしもの時」

県立大発！耳より健康情報 ＜37＞

埼玉県立大学准教授　山口乃生子

新型コロナウイルス感染症のパンデミック（世界的大流行）が起こり、私たちの生活は激変しました。最も衝撃だったのは、急に容態が悪くなり、そのまま最期を迎える方が多くいたことではないでしょうか。

人工呼吸器の装着をはじめ、治療が必要になった場合、医療従事者は可能な限り本人の意思を確認することが原則です。しかしながら、生命の危機が迫った状況では、約70％の人は自分の意思を相手に伝えることができないと言われています。その場合、家族や身近な人の負担は非常に大きなものになります。

厚労省や日本医師会は、「もしもの時」に備えて、どのような医療やケアを望むか、いざという時に自分の意思を代弁する人について、身近な人や医療従事者と繰り返し話し合うアドバンス・ケア・プランニング（愛称・人生会議）を推奨しています。将来のことを予測し、決めることはとても難しいものです。決めたとしても、気持ちが揺れることもあるし、さまざまな事情で思い通りにはいかないでしょう。

まずは決めることを目標とせず、お互いの人生観や価値観、信念などを共有し合うことが大切です。いくつもの願いや期待、選択肢があってもいい。その繰り返しの中でやり取りされる「意思のかけら」の積み重ねは、これからどう生きるかの支えになり、「もしもの時」の判断に迷った際の助けにもなるはずです。

「人生会議」など参考に

医療やケアは人生のほんの一部に過ぎません。パンデミック時には、病院や老人ホームでの面会が禁止になり、連絡が取れないこともあります。連絡が取れない時の手段、最期に会いたい人、通夜や葬儀などは、平時とパンデミック時の両方を想定して考えることが必要になるでしょう。

非常事態では、自分らしい最期の実現は難しいかもしれません。それは残された人にとって非常につらいことです。それでも、身近な人が「意思のかけら」を頼りに、患者の思いに寄り添うことで、今の状況でできる本人にとっての最善を考えることができるかもしれません。

「さあ始めよう、人生会議」（ＤＶＤ）2018年に埼玉県医師会により作成、ＨＰから動画を見ることができます。（http://www.saitama.med.or.jp/iryou.html）