

「旅立ちの時」へ、最期の過ごし方

ここまでの道のりも、これから道のりも、住み慣れた場所や、大切な人たちと一緒にいるから、安心につつまれて過ごすことができる……。看着いる人たちの負担は大きいかもしれないけど、病院よりは自由な空間と時間がある……。ただ、見えない「この先」について、不安は日に日に大きくなっていくものかもしれません。人生を物語に例えるなら、それは人の数だけ。そして不安の数も千差万別。ここでは、「私の最期はどうなってしまうのか」という不安に対して、私たちが知っている物語から考えられる、一般的なことを載せています。

みなさまの、大切な人の物語を「語る相手」として、また不安な気持ちや「こんなことまで聞いていいのか迷っている」など、何でも私たちに相談ください。私たちは、みなさまと一緒に療養生活を考える訪問看護チームでありたいと願っています。



社会医療法人 甲友会

西宮協立訪問看護センター

在宅療養生活を支えるみなさまへ

「旅立ちの時」の身体の変化

口が乾燥してきて、 だんだん食べられなくなる

無理に食事をすすめることが、ご本人にとっては負担に感じられる時期です。

身体が栄養を吸収する力も弱くなっているのです、たとえば過剰な点滴が、むくみや痰の量を増やす原因となってしまうこともあります。

主治医やご本人の意向などを考え合わせた結果、「何もしない」という方法が最善なこともあります。対処方法は慎重に検討すべき時期です。

名前を呼んでも返事をしない 昏睡状態のようにみえる

ドラマのように最期までお話をされる人はまれです。うとうと眠る時間が増えてきます。

反応がなくても、最期まで耳は聴こえている、と

言われます。

認知症だった人は、反応がないだけで、はっきりと認識はできているとも言われています。

いろいろと話しかけてみてください。安心されるかもしれません。

また、この時期は、意味の不明瞭なことをおっしゃったり、興奮して手足を動かすこともあります。これも旅立ちの際に時々見受けられる変化で、ずっと続くことはありません。

血圧がさがり、手足が冷たく 青白くなる 尿も出なくなってくる

布団や着物で温めるのもいいですし、手を握って差し上げるだけでも温かみが伝わっていき、心地よく感じていただけるかもしれません。



肩や顎で呼吸をして苦しそうに見える 痰もからむようになる

このような呼吸のときは既に意識は遠のいていると言われています。

吸引をしても、痰だけでなく気道のむくみがあるため、からむような音は消えることはありません。

吸引しなくても意識が遠のいているので、苦しくはないと言われており、スポンジで口の中を拭うなどの対応が、ご本人の快刺激になるかもしれません。

手首の脈が触れなくなり、 呼吸が細く不規則で 10～30秒ほど止まることもある

一般的に、上の血圧が 70 を切ると脈が振れにくくなってきます。

やがて呼吸が止まり、心臓の動きも止まります。その後に、主治医、看護師を呼んでいただいてもいいですし、これらの変化の途中で電話をいただいても構いません。

医師が最終的には確認いたしますが、呼吸が止まった時間は覚えておいていただいた方がいいでしょう。

すでに気が付いたときに呼吸が止まっていた、ということもありますが、その時点での時間をご確認ください。決して、間に合わなかった、と思わなくても大丈夫です。呼吸や心臓が止まったと同時に、その方の細胞が全て死んでしまうわけではありません。まだ身体はどこかが温かかったり、ひげや爪が伸びてくることもあるからです。

最期のケア

葬儀の準備や、あちこちへのご連絡など、お忙しくなると思います。

最近では、葬儀屋さんもとても親切にケアをしてくださり、湯かんなどのサービスも充実しています。ただ、私たちはそれらのケアが始まるまでの間、少しでもきれいな状態で、お別れされる方々と会っていただきたいとも考えています。

最期の時間を共に過ごさせていただいた者として、身体を拭いたり、好きだった服に着替えたり、顔をよくするお手伝いを一緒にさせていただければと、私たちは思っています。

もちろん、ご不要とおっしゃっていただいても構いません。どんなことでも、ご遠慮なくご相談ください。



救急車という選択

最期のときを、静かに家で過ごしたい。そう考えておられる場合でも、いざ呼吸が止まったりしたら、慌てて救急車を呼ぶ方は少なくないそうです。ただ、救急車を呼ぶと、「救命」の意志表示と見なされ、ご本人の望まれない場合でも延命処置が行われることがあります。

また、救急隊が自宅に到着したとき、既に呼吸が止まっていたら、警察に連絡がいくこともあります。そういったことを避けたいと思われましたら、あらかじめ主治医や私たちと話し合っておけるといいですね。私たちも時期をみながら、どのようにされたいか、確認させていただくようにしております。

この他にも、症状によっては、入院を検討することが最善であったり、周りの方々の意向が次第に違ってくことも考えられます。そういった中で、在宅生活を最期まで続けたいという当初のご意向が揺れることもあるかもしれません。

そのような時にご相談いただける医療者として、その「揺らぎ」でさえも、その人の物語であることを受け止めて、訪問看護をさせていただければと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

西宮協立訪問看護センター 一同