日本講演新聞　昭和30年3月29日 第3種郵便物認可

2024年(令和6年) 3月25日(月曜日) 第3017号

心揺るがす 日本講演新聞
本社 〒880-0911 宮崎県宮崎市田吉6207-3
Mail:info@miya-chu.jp Tel:(0985)53-2600 Fax:(0985)53-5800
毎週月曜日(第5月曜日除く)月4回発行
【郵便振込口座】02060-3-7621 【銀行口座】宮崎銀行赤江支店(普)1336375
お得な紙版＋Web版:1,650円 紙版:1,300円 Web版:1,100円
音声版:1,100円～(Voicyアプリ内課金の場合1,600円)
※月額税込み 消費税率10%(内税) 登録番号:T1-3500-0200-0029
【お問合せ】HP、メール、FAX、お電話(平日9:00-16:00)にて

今週の紙面

1面
小笠原文雄さん……なんとめでたいご臨終
社　説……山本孝弘「生きる勇気を湧き起こす褒め方」
コラム・小林由美子さん……街の本屋 店主のつぶやき～No. 17

2面
小笠原文雄さん……なんとめでたいご臨終(1面の続き)
「転載・過去・未来」……水谷もりひと「大人にこそ絵本を」～No. 318
にっこう日和……重春文香「生き方にもちょっとした隙間を」

宮崎発夢未来～ときめきと学びを世界中に

日本講演新聞

2024年(令和6年)
3/25 (月)
3017号
発行 ㈱宮崎中央新聞社

なんとめでたいご臨終

～往診と不思議な経験～

小笠原内科・岐阜在宅ケアクリニック院長
日本在宅ホスピス協会会長
小笠原　文雄

僕は長年、大学病院などに勤務していたんだけど、目を悪くして忙しい病院勤めができなくなって、1989年、今ら35年前、開業医になりました。

開業した初日、往診を頼まれました。往診なんかやるつもりはなかったんだけど、家内が「開業医なのに往診を断ったら評判が悪くなるよ。往診を希望している人がいたら可哀想だから行ってあげなさいよ」と言われ、やることにしました。

これがきっかけとなって在宅医療をするようになったんです。

往診を始めてしばらくして不思議なことを経験するようになりました。

たとえば、Nさんという大腸がんの患者さんの話です。

1992年2月の朝8時、訪問診療に行きました。

そのときはご飯も食べられない状態で、あまり声も出ませんでしたが、彼はずっとニコニコしているし、私が何か言うと「ふんふん」と言いながら相づちを打っていました。

僕が、「それではまた明日来ますね」と言って、玄関を出ようとしたら、奥さんが「先生」と僕を引き留めるのです。

「どうしたの?」と聞くと、「うちの人はこの期に及んでまだかっこつけるんですよ」

「どういうこと?」

「先生、枕元の鞄と靴をご覧になりましたか。夫は昨晩、『明日、旅に出るから、いつもの鞄と靴を用意してくれ』と言ったんです。だから『お父さん、私も連れていって』と言ったら、『君は家で待ってなさい。今度は遠いところへ行くからね』って」

「えっ? ちょっと待って。本人死ぬつもりなの?」

「はい、そうみたいですよ」

「そんなはずないですよ。あんなにニコニコしていたし。がんの患者さんは苦しんで死ぬものだよ。笑って死ぬなんてありえない。だからまだ死なないよ」と言って私は戻りました。

そしたら10時半頃、奥さんから電話がありまして、「先生、今、夫が旅立ちました」と。

「えっ? 本当に死んだの? 今すぐ行きます」と言ったら、「外来が終わってから来てもらえればいいの」と言うんです。

「いや、死亡診断書を書かなきゃいかんからすぐ行くよ」と言うと、「先生、私は夫とのお別れを楽しみたいです」と言われたんです。

それで、外来が終わってから行きました。

Nさんのお顔はとても穏やかで、「人間とはこれほどまでに穏やかに旅立つことができるのか」と僕はショックを受けました。

それから一人暮らしをしていた奥さんは、25年後、〝夫が迎えに来た〟と喜び、旅立たれました。

その奥さんを囲み、息子さんが亡くなったNさんの写真を持ってみんなで笑顔でピースして写真を撮っているんですね。

普通、家族の誰かが苦しんで亡くなると、「ご愁傷さま、つらかったね」となります。

でも笑って生きて笑って亡くなると、遺族の方は「よかった、よかった」と言って笑顔でピースの写真を撮るのですよ。

僕は、亡くなった方を囲んで笑顔でピースしている家族に、もう50件以上立ち会いました。

亡くなった方と笑顔でピース

「本人の強い希望だ。家で死んだら本望だ」

次は、「退院したら五日の命」と言われていた患者S子さんの話です。

S子さんは「家には目が見えない息子が待っているから、とにかく家に帰りたい」と言っていました。

でも病院の先生は、「絶対だめ。入院しとれば1か月ぐらい持つかもしれないが、家に帰ったら五日で死ぬよ」と言って、退院を認めてくれませんでした。

S子さんの妹さんが「小笠原先生、何とかなりませんか」とお見えになりました。

「そんなに本人が家に帰りたいというなら帰ればいいじゃない」と言ったら、「でも、病院の先生は五日で死ぬと言うんです」

僕は本人の願いを叶えることが笑顔で長生きのコツだと思うんです。でも、病院の先生は退院許可を出さないのです。

それで病院に行きました。S子さんの主治医に「先生、本人が帰りたがってるから退院させてくれないか」と言うと、「だめだよ。入院していれば1か月ぐらい生きるのに、家へ帰ったらすぐ死んじゃうよ」って。

それでも僕は「本人の強い希望だ。家で死んだら本望だ」と。

「小笠原先生、本気か、君は」と言われて「本気です」と答えました。

そして「家に帰って、もし『入院したい』と言ったら再入院させてください」と頭をぺこっと下げました。

そしたら「もういいわ、分かった、帰っていいよ」と言うものですから、翌日朝一番で退院してもらいました。

そのとき、S子さんは全身水ぶくれでした。なぜかというと、「苦しい、苦しい」と言っているS子さんに、毎日点滴で2000ccの高カロリー栄養をやっていたんです。

なぜ高カロリー栄養を投与するのかというと、病院は患者を健康に戻し、何年も生きられるような治療計画を立てています。

だから1か月で死ぬはずのこの患者さんにも、健康な人が必要としているカロリーと水分量を投与していたんです。

血糖値が高いと脳が食欲を抑えます。人間はそういう仕組みになっているので、点滴で高カロリー栄養をやると本人は食欲とか空腹感が全くないのです。

その状態にしておいて、「この患者はなかなか食べないなぁ」と言うお医者さんがまだ世の中にいるんですね。

それで点滴を1日400cc、100カロリーにしました。

水分を5分の1、カロリーを10分の1に減らした結果、S子さんは「腹が減った～」と口からご飯を食べるようになりました。

さらには全身のむくみもなくなり、呼吸が楽になったので、なんと退院したら五日で元気になり、8か月後には在宅医療を卒業したのです。

「点滴・入院はもうこりた。感謝の日々 暖かく 忘己利他(もうこりた)」と喜び、8年間も家で生きられました。

(2面へ続く)

【おがさわら ぶんゆう】1948年岐阜県生まれ。名古屋大学医学部卒業。医学博士。名古屋大学第二内科(循環器)を経て、89年に岐阜市内に開院。在宅看取りを2000人、一人暮らしの看取りを136人経験。在宅看取り率95%を実践。著書に『なんとめでたいご臨終』『最期まで家で笑って生きたいあなたへ～なんとめでたいご臨終2』(小学館)、新刊本に『大往生のコツ ほどよくわがままに生きる』(アスコム)がある。

1面から続く

なんとめでたい ご臨終

小笠原内科・岐阜在宅ケアクリニック院長
日本在宅ホスピス協会会長
小笠原 文雄
Ogasawara Bunyu

死ぬときを選ぶ、いのちの不思議さ

次は、先ほど紹介したS子さんの息子のKさんです。

高血圧と糖尿病があり、さらに脳梗塞と心筋梗塞を起こして、重症心不全で人工呼吸器をつけていました。

「苦しい。早く家に帰りたい」と言うのですが、病院は帰宅を認めてくれない。

僕の考えは「病院で治療して楽になるなら入院していてもいいけれど、病院で治療しても苦しいんだったら帰るのがいい」です。決して「在宅医療が絶対いい」と言ってるわけじゃないんです。「在宅より入院のほうがましだ」と言うのなら入院でもいいと思っています。

それで僕から主治医にお願いしてKさんも家に帰ってもらいました。ヘルパーさんに1日3回、訪問看護師さんに1日2回入ってもらいました。

どうなったか。1か月半経つとデイサービスに通えるくらいに元気になりました。

入院中に人工呼吸器やら高カロリーの点滴に苦しむ患者さんもいます。もちろんそれがいいケースもあるのでケースバイケースです。

本人が「つらい。どうしても帰りたい」と思っている場合は、家に帰るとうまくいくケースが多いです。

Kさんは退院しておよそ3年後に亡くなりました。看取ったのは週に1回、介助に来ていた叔母でした。

亡くなった日も叔母が来ていて、いつものようにKさんの食事のお世話をして、そろそろ帰ろうと声を掛けたら、Kさんは亡くなっていたそうです。

叔母は、「嬉しい、私がいる時に旅立った」と、笑顔でピースの写真を撮られました。人が死んだ後ですよ。普通だったら「不謹慎！」「何考えとる！」と怒鳴られそうですが、叔母は僕にこう話してくれました。

「Kちゃんが旅立った後、何となくお庭に出てみたんです。ふと空を見上げると、満天の星が光り輝いていてね。そのとき、『あぁ！　Kちゃんは第二の人生に向かっているんだな』って嬉しくなったんですよ」。それでピースの写真を撮ったというんです。

一人暮らしの人って、不思議なことに誰かがいる時に亡くなるんです。ヘルパーさんの中には「私が介護している時に亡くなったら私の責任になるから嫌だな」と思う人がいるみたいです。

そうじゃないのです。実は、大好きな人が側にいる時に亡くなる一人暮らしの人が多いんです。だから、目の前で旅立たれたら、「私が大好きだったんだわ」と喜べばいいんですよ。

僕の患者さんで、「誰もいないときに死にたい」と言う人が136人中4人いました。その4人は本当に誰もいないときに亡くなりました。これがいのちの不思議さですね。

「臨終」というのは終わりに臨んでいるときであって、死ぬときではありません。

人は「自分は死ぬ」と思ったとき、「生きる死ぬってどういうことか」と考えます。このとき、いのちの不思議さを考える。

いのちの不思議さを信じると、私たちの心にゆとりが訪れます。

いのちの不思議さが分からずに、統計学だけで医療をやっていると、患者さんはなかなか安心できないんです。ここが一番大切かなと思っています。

最後に私が2回、「皆さん！　幸せになりたいですか？」と言うので、「いえーい」とピースサインで応えてください。

「皆さん！　幸せになりたいですか？」

「いえーい」

「どこで死にたいですか？」

「いえ（家）ーい」

講演後に行われた対談より

「希望は薬そのものです」

公益財団法人大野城まどかぴあ館長
フリーアナウンサー
林田 スマ

【はやしだ すま】元RKB毎日放送アナウンサー。2004年九州大学大学院人間環境学府修士課程修了。09年「大野城まどかぴあ」館長に就任。著書に『母のことば、母のこころ』（書肆侃侃房）などがある。

林田　小笠原さんの本を読ませてもらいました。小笠原さんは余命わずかな患者さんにも「海外旅行、行ってらっしゃい」「やりたいことやってみなさい」とおっしゃっていますね。

小笠原　旅行は国内でも国外でも行ってもらいます。不思議なことに死んだ人は1人もいない。普通、死ぬよね、みんな。（笑）

林田　厳しい状態で海外旅行なんて大丈夫かな、と私は思うんですけど、それでも皆さん、ちゃんと帰ってこられる。何なのでしょうね。

小笠原　嬉しいと死なないのよ。つらくて苦しいから、生きる希望がないから、死んでいくんです。

林田　「希望」って、そういう意味ではお薬ですよね。

小笠原　「薬そのもの」ですね。

林田　本の中に、小笠原さんが海外の学会に行かれるときも、患者さんとのつながりを保っていらして、「僕が帰るまで生きててね」みたいな言葉がありました。

小笠原　ドイツの学会に行ったとき、もう亡くなりそうだった患者さんに「まだ生きてるよね？」みたいな感じの電話をしたんです。そしたら、「先生、私ちょっとつらいから、死んでもいい？」と言うから、「いいよ、僕を待ってなくたって」「はい、分かりました。でもひょっとしたら先生を待ってるかもしれないよ」と言うんです。

日本に帰ってきて空港から電話をしたら、訪問看護師さんが「まだ虫の息だけど生きてみえますよ」って。その足で患者さんの家に行ったら、そこですっと亡くなられました。

林田　ドラマみたいですね。

小笠原　岐阜のドクター十数人でチームを作っているんです。かかりつけ医ってなかなか旅行にも行けないので、A先生が外国に行ったら僕たちが患者さんを診るよ、そういうことをやっているんです。

その中に結婚して17年間、奥さんと旅行に行ったことがないドクターがいました。彼が「小笠原先生、僕が旅行に行く前、2人の重症の患者さんがいたんです。1人は行く直前に死亡診断書を書いて、もう一人は私が帰ってきた翌日に亡くなりました。死ぬときを選ぶいのちの不思議さというのは正しいね」と話していました。そんな嘘みたいな本当の話がたくさんあります。

林田　小笠原さんが医療で心がけていることは何ですか？

小笠原　「患者さんに対して絶対に嘘はつかない」です。嘘をつくとばれます。ばれると信用されなくなって、患者さんが苦しんだり、早く死んだりするんです。

僕は「あなた、がんだね」ってストレートに言うこともあります。信頼関係ができると、がんになった人でもみんな笑顔に変わって、かなりの人が良くなっていくんです。黙っていたり、「いや、何ともないから」とごまかしたりしていると、心と心の会話がなくなっちゃって、結局患者さんが苦しみます。

僕は病院時代、そういう嘘をついてごまかしたことがあって、今でも後悔しています。ただ病院というのは常に忙しいので、ゆっくりおしゃべりをする暇がないんですね。

林田　最後に皆さんにメッセージをお願いします。

小笠原　「メッセージ」の「メ」は目を見て話す。「セ」は背伸びをせず、「ジ」は自分のことを大切にする。

僕の新刊本『大往生のコツ　ほどよくわがままに生きる』（アスコム）を読んで、笑って過ごしましょう。笑顔でピース！

（福岡市医師会が主催した「第10回地域包括ケア推進のための市民向け講演会」より／取材・鬼塚恵介、編集・水谷謹人、鬼塚恵介）