みょうこうケアフォーラム通信

平成３０年度　第３回　みょうこうケアフォーラムを開催しました！

■ 日　時：平成３１年２月２８日（木）１８時３０分から２０時００分
■ 会　場：新井ふれあい会館　ふれあいホール
■ 参加者：６５名（介護ネットワーク事業所、医療機関、薬局、福祉用具事業所等）
■ 内　容：講演「看取り 人生の最終段階に寄り添う支援」
～終末期にある本人・家族への理解を深める～
講師　県立中央病院　　樋口　伸子　がん看護専門看護師
グループワーク

司会は実行委員会の金井さん

みょうこうケアフォーラムは、高齢者やその家族の支援にかかわっているみなさんが集まり、学びを深め、顔の見える関係づくりを行う場です。
妙高市民が住み慣れた地域で安心して生活が送れることを目指し、取り組んでいます。

実行委員会の宮越さんから、これまでの取り組みについて紹介していただきました。

今年度は、『看取り～人生の最終段階における意思決定～』をテーマに
引き続き「意思決定を支援すること」について取り組んできました。

講 演

講師は、県立中央病院の樋口伸子がん看護専門看護師。
終末期や看取り、また、家族ケアについてお話いただき、人生の最終段階に寄り添う支援について考えました。

人生の大先輩

■老年期は、「老化が出現し、社会生活上にも変化する時期」。この時期にある人は「人生の大先輩」。

終末期とは

■終末期は、「予後が概ね６か月以内」。積極的な治療ができなくなり、症状緩和中心の治療に切り替わる時期。

全人的苦痛

■終末期には、身体的・精神的・社会的・スピリチュアルな「全人的苦痛」を体験する。まず優先されるのは、「身体的苦痛」。

看取りとは

■看取りとは、「病人のそばにいて世話をすること、また、死期まで見守り看病すること、看護」。
数日から数週以内の死が予測される症状として、「顕著に衰弱」「食事・水分量の減少」「嚥下困難」「眠気が増す」などがあり、数時間から数日以内の死が予測される症状として、「血圧低下」「尿量の減少」「意識レベルの低下」「呼吸の変化」「手足が冷たい」などがある。

寄り添う支援　～最後まで笑顔の時間を過ごしてもらうために～

家族は第２の患者

■家族には、「患者の意思を代行する役割」「患者を支える役割」「患者のいない間の生活を支える役割」が生じる。

会話は言葉と言葉、対話は心と心

■コミュニケーションを図ることにより、「人生が見える」「暮らしが分かる」「大切にしてきたものが見える」「その人らしさが見える」。

■コミュニケーションを図り、日頃の暮らしやケアの中でヒントを得ていくことが大切。

怒りも死を受容する重要なプロセス

■死を受容する家族の心理として、「否認」「怒り」「取り引き」「抑うつ」「受容」という過程がある。

■時に家族からぶつけられる「怒り」の感情も、死を受け入れるための重要なプロセスの一つとして受け止める。

沈黙も大事な時間

■コミュニケーションの中での「沈黙」は、気持ちの整理をする時間でもあるため、あえて沈黙を避ける必要はない。

看取りに正解はない

対話を重ね「共に考え、支える」

家族ケアにおいて一番「気づくこと」が大事。そのために、日頃のコミュニケーションが大切。

それぞれの立場では限界があるため、一人で抱え込まず、連携していくことも大切。

「生きがいを感じてもらえていますか？」

平成最後のみょうこうケアフォーラムにあたり、揚石先生より、平成18年7月に配布した資料について紹介いただきました。

～すべての高齢者・障がいのある人々に介護予防は提供できるでしょうか？～

「その人らしい尊厳のある生活の実現」といっても、寝たきり要介護4-5の方々に提供できる介護予防はあるのでしょうか？例えば、95歳の脳梗塞・認知症の方の生命予後が半年以内とされているとします。その方に、人間としてふさわしい尊厳ある姿を維持していただくためにお手伝いしたいというのが、今日ここにいらしている種々の職種の方に共通する思いであると思います。その思いがあるからこそ、現在の職業を生業としていらっしゃるのだと思います。皆様がそういうふうに考える、その根底には、その方をいとおしく思ったり、尊敬したり、その人格を尊重したりする気持ちがあればこそだと思います。そういう気持ちがあるから、例えば「少しでも良くなってもらいたい」「少しでも笑顔が見たい」と思うわけです。清潔を保持する/安楽な呼吸ができるよういろいろ工夫する/経口摂取できるように食材の工夫から口腔ケアまで行う/車椅子で家の外の空気を吸っていただくなど、すべて「その人が人間として尊厳ある存在でありつづける」ために努力する。これが、介護予防であり、全人的な復権すなわちリハビリテーションであります。別の言い方をすれば上質の介護であると思います。また、ご本人の人格を尊重する考えを持っていれば、当然軽介護者の人については自立支援になると思います。

「看取りに正解はない」
かかわりの中で必ずしも答えを求めている訳ではないことが多いと思う。話をきいたり、自分の話をする中で、ご本人自身で気付いたり、希望と現実とのギャップをみんなどこかで折り合いをつけながら、生きてきたり、亡くなっていくのではないかと思う。
かかわりの中で、よく話をきき・話をするということが専門職として一番大事な姿勢であると思う。
看取りの時期、終末期であるから特別ということではない。みなさんが日々かかわっているどんな状態のかたにも、その延長に「看取り」というものがあるということ。

まとめは実行委員会の揚石先生

次年度もみょうこうケアフォーラムは、年3回を予定しています。詳細は、後日改めてご案内します。