

はじめに 1

序章

医療とかかわりながら大往生はできる

15

誰もが「最期は穏やかに逝きたい」と願う 16

緩和ケア医の手記・看取りの現場から その1 19

人は、死んだら終わり？／「いい旅立ち」を願う／医学では説明のつかない現象も

第1章

ほとんどの人は医療とかかわって最期を迎える

27

Ⅰ 患者にとって医療は敵？ 28

医療にかかわると殺される?! 28

医療をじょうずに利用する 31

医師も懸命にがんばっている 33

率直な会話こそ信頼関係の要 かなめ 36

医療が進歩するほど、医者が信用を失う？ 38

●ここまでのポイント 41

Ⅱ いつか必ず訪れる死に向き合う 42

昏睡状態でも意思は伝わる 42

人はギリギリまで意識がある 43

「死」と向き合えば、「生」が輝く 46

●ここまでのポイント 50

緩和ケア医の手記・看取りの現場から その2 51

人生の残り時間がわかる不思議

つらさや痛みを取り去る医療にかかわる

〔I〕 誤解されがちな「緩和ケア」 56

さまざまな医療のかたち 56

緩和ケアは「死にゆく人」のための医療? 57

緩和ケア病棟やホスピスは高額? 61

いつでもどこでも受けられるケアを目指して 64

お試し入院で在宅ケアもスムーズに 66

緩和ケアを受けられる病院を探す 68

●ここまでのポイント 73

〔II〕 残り時間の長短にかかわらず、生命の質を上げる医療 74

安心できる環境が何よりの緩和ケアに 74

つらさを取り去る治療とは 77

緩和ケアから始まる医療 80

今必要な「人間を診る医療」 82

患者の家族も緩和ケアの対象 84

いい看取りは残された家族の救いに 87

●ここまでのポイント 91

――緩和ケア医の手記・看取りの現場から その3 92
罵倒も甘んじて受ける

緩和ケア病棟の日常風景 95

穏やかな時間を過ごす 98

患者さんの笑顔が家族の心の支えに 100

幸せな最期を見守って 103

グリーフケアも大事な仕事 105

緩和ケアと雪かきの共通点 108

●ここまでのポイント 111

緩和ケア医の手記・看取りの現場から その4 112
家族サービスができないお父さんでごめんなさい

第3章

不治の病になっても、あわてない

117

〔I〕 患者として準備しておきたいこと 118

治らないがんと告げられたら 118
治療には「やめどき」があることを知る 121
互いを思えばこそそのすれ違いもある 124
普段から自分の終末期のあり方を家族と共有する 125
希望は伝えなければ叶わない 128
限られた時間を活かす 130
幸せについて考える 132
迷ったら幸せの総量で選ぶ 135

●ここまでのポイント 138

緩和ケア医の手記・看取りの現場から その5 139
不安を与えないように／「命を終わらせたい」と言われて

〔II〕 家族として準備しておきたいこと 143

家族が不治のがんと診断されたら 143
希望の言葉を求めすぎない 145
ペース配分を考える 149
「できるだけのことを」という前に 151
延命処置についてしっかり考える 154
●ここまでのポイント 158
緩和ケア医の手記・看取りの現場から その6 159
認知症のキクさん

命と医療について考える

163

人の死は「つかいお別れ」 164

医療は万能ではない 167

いつ死が訪れてもいように 169

寿命まで生きられる時代 171

死は自然な出来事 175

命の長さをどうとらえるか 177

日本の医療はどこへ向かう？ 180

●ここまでのポイント 184

緩和ケア医の手記・看取りの現場から その7
運命に導かれて 185

人生の店じまいの仕方を考える

189

つねに「今」を大切に 190

あなたは何を残せますか 192

かつこい亡くなり方 194

最後は人を頼つていい 197

「人生の店じまい」のための八つの条件 199

残りの人生を輝かせて 204

●ここまでのポイント 206

緩和ケア医の手記・看取りの現場から その8
終わりよければすべてよし 207

あとがき 211

緩和ケアについて、もっと詳しく知りたい方へ 214