ケーススタディ①※第 2 回勉強会での発表事例
「在宅看取りの実際～揺らぎに寄り添う在宅看護～」

三上綾子（株式会社悠愛　訪問看護ステーションあい　訪問看護師）

皆様、こんにちわ。
私は、栃木県那須烏山市にある訪問看護事業所の訪問看護師です。当事業所は、4 年前開業した、那須烏山市で初めての訪問看護事業所です。訪問地域は那須烏山市とその周辺地域におよび広範囲で、毎日、訪問車で移動時間 30 分前後、自然豊かな環境の中を走り回っています。現在、私が担当する利用者は最年少は 1 歳、最高年齢は 96 歳となります。

本日は、私が担当させていただいた、いつ子さんとご家族を紹介させていただきます。ご家族から「是非とも在宅での看取りを知ってもらいたい」というお言葉をいただき、実名の公表と写真の使用について、快く承諾をいただきました。

いつ子さんは、3 年前の肝臓の切除にて、肝内胆管癌の再発とがんの肺転移が多数見つかり、定期的な外来通院で抗がん剤治療を実施していました。昨年の３月、いつ子さんの体力低下と、「病院にもう行きたくない」という訴えにより、抗がん剤治療は打ち切られました。余命２～３ヶ月でした。

病院関係者は、高齢者世帯で、息子や娘の介護協力は得にくいという理由から、このまま在宅療養生活を維持することは困難であり、絶対に在宅での看取りはできないと判断していました。
そのため、訪問看護を導入し、家族やいつ子さんが限界になるまで自宅で過ごし、最期は緩和ケア病棟に入院して亡くなることを想定したシナリオを描いていました。

私は、一日でも長く、安心して在宅療養生活を送ることができるように、家族に対して精神的フォローと療養生活に関する助言、いつ子さんの苦痛や不安の除去、精神状態の安定を目指した支援を提供することにしました。そして、その関わりの中で、最終的に、どこで、どのような最期を迎えるかを一緒に模索しようと決めました。

平成 27 年 7 月 24 日
いつ子さんとご家族に対して、訪問がスタートしました。口腔ケアに清潔ケア、リハビリなどを行いました。
約１か月後、一時的に体調も食欲も回復していたいつ子さんに、便秘、倦怠感、食事後の嘔吐、嘔気が襲いかかりました。余命１～２ヶ月になっていました。

夫と家族に最期をどこで、どのように迎えるか、そして、本人への余命告知はどうするか、家族に再決断してもらうための調整が必要となりました。
具体的な現状説明と今後の経過を丁寧に伝え、最期はどこまでの医療を施すか、つまり、点滴をするか、酸素は使用するか、痛みが出てきたら・・・などを考えてもらうことです。そして、このまま自宅で過ごすか、緩和ケア病棟へ入院するかを問いました。
夫は迷わずに「入院はさせない。本人が望む家に居させる。」と決断し、在宅での看取りを最終的に選択しました。娘、息子も同じ思いでした。
しかし、ご家族はいつ子さんに余命告知を決断できず、伝えるべきか否か、迷い続けました。
次第にいつ子さんは、倦怠感で、笑顔が少なくなりました。それでも家族の前で無理して頑張る、元気になろうとする言動がありました。私にはいつ子さんは家族を気遣い、命に限りがあることを気付かないふりをしているように見えました。

8 月 24 日
朝、いつものように訪問すると、娘より「今日の午後、車いすが届くので、ピクニックをしようと思うんです。これに着替えさせてください。」という話がありました。いつものようにケアを済ませ、着替えようとした時に「なんでこれに着替えるの？いつものパジャマでいいよ。」といつ子さんが怪訝そうに躊躇しました。「午後に車いすが届くから、庭でピクニックをするんですって。お孫さんと一緒に、写真を撮りましょうよ。」と伝えると、「そうね。」と嬉しそうに着替えを済ませました。「楽しんでくださいね。」と私が退室しようとした時、「貴方はいないの？来てほしい。お願い。」といつ子さんに手を握られました。私はこの先の予定を頭の中で確認して、「他の利用者の訪問を終わらせて、夕方に来ますね。」と約束をしました。安心したいつ子さんの笑顔を確認してから事務所に戻り、すぐに車いすを納品する担当者へ、「ピクニックするので、移乗動作の介助と家族の記念撮影を手伝ってもらえませんか。」と依頼しました。

私は訪問を予定通り終わらせ、いつ子さんのもとへ駆けつけました。
庭にはレジャーシートとパラソル、娘と孫が楽しそうに遊んでいます。そこには、いつ子さんの姿はありませんでした。疲れて、気分が悪くなったため、たった今、部屋に戻ったこと、いつ子さんはピクニックをとても楽しんで、久しぶりにりんごを食べたいと口にしたこと、そして、吐き気が襲ったことなど、娘から伺いました。そして、「昔よく家族で庭先のピクニックをしていたから、その時に戻ったみたいだったわ。とても楽しい時間を過ごせて良かった。車いす納品の担当者が、カメラマンをしてくれたの。びっくりしたわ。」「これでまたピクニックができるし、外出もできる。」と、娘が語りました。

この写真は、病状が進行する前のピクニックの風景だそうです。娘は、この時期を回想し、喜ばれたようでした。

この先もまだ続く、という淡い期待を持ち続けている娘に、私は酷だと感じつつも尋ねました。「いつ子さんの余命は限られていて、もう長くはないと思います。最期の時が迫っていることを伝えませんか。いつ子さんの準備もあると思うんです。もし、伝えにくいようでしたら、在宅医や私たちからお伝えしましょうか。」と。娘は、「まだ迷いがある。でも、母は三上さんのことを大変信頼しているから、何か伝えたいことがあれば話すかもしれないですね。伝えられそうなタイミングがあれば、構わないです。」と、告知の承諾をいただきました。
そして、「大変な、嫌な役目を任せてしまい申し訳ないけれど、私からはやっぱり話せない。すべて三上さんに任せます。何かあれば連絡ください。」と言い残して、大急ぎで娘は孫と駅に向かいました。

その後、部屋に入ると、いつ子さんは気持ち悪さで辛そうな表情をし、息も荒く、ぐったりと目を閉じたままベッドに横たわっていました。しばらくの間、そっと傍で佇んでいると、目を開けて「来てくれたのね。」と、私の手を握りました。「楽しかったのよ。写真もたくさん撮ったの。」「息子がね、色々と準備をしてくれてね、車いすを押してくれてね、2 週も庭を廻ったのよ。息子がね・・・」と何度も何度も嬉しそうな笑顔で語りかけてきます。「良かったね。うん、うん」とその語りに耳を傾けました。そして、「久しぶりで、少し疲れましたよね。ゆっくり休みましょうか。これで、車いすがあるからどこにでも出かけられますよ。」と伝えると、「うーん…」といつ子さんは考え込みました。

「何か気がかりなことでもありますか？」と問う私に、何か言いたげな面持ちでいつ子さんは無言を返してきました。「もう、外出は無理だと思われていますか。」「ご自身の病状をどう考えられていますか。」と、静かにいつ子さんに問いかけると、「もう無理でしょ。治らないわ。もう、十分よ。」とポツリ、ポツリと言葉を吐き出しました。「そうですか。いつ子さんは、そう思われるのですね。いつ子さんは、今まで大きな病気と手術、治療を何度も何度も頑張ってきましたものね。」「うん、うん」「本当に頑張りましたね。そろそろ楽になりましょうか。」「はい。」「これから少しずつ、身体が怠くなり、思うように動かないことがあると思います。今、まだ身体を動かせることのできるこの時期に、私たちがお手伝いするので、行きたいところ、やりたいことなどがあれば遠慮なく話してくださいね。娘さん、息子さん、旦那さんは、いつ子さんのためならと喜んで協力してくれますから。もちろん、私も一緒です。」

辛くて表情を歪ませていたいつ子さんが、会話を終えた途端、安堵の表情を浮かべてスーっと眠りに堕ちました。呼吸も楽そうに、まるでマリア像の微笑のようでした。私は何度も本物のマリア様ではないかと、目の錯覚を疑いました。

そして、いつ子さんとの会話を、夫と息子に伝えました。息子は、打ちのめされたような表情で天を仰ぎ、「わかりました。何かやりたいことなどあるか、聞いてみます。」とつぶやかれました。息子には、いつ子さんが大変感謝していたこと、誇らしげに自慢し、とても喜ばれていたことを伝えました。「そうですか。」と涙を浮かべる息子に「本当にありがとうな。よくやってくれたよ。助かったよ。」と夫が礼を述べました。私は、「辛い状況をお伝えすることになり、大変申し訳ないです。残された時間はもうありませんので、悔いのないように、そして、そろそろ覚悟をしてくださいね。」と伝えました。息子は、「辛いのは本人ですから。長い間ずっと頑張ってきたのを知っていますから。きっと、もう限界だったと思うんですよ。でも、私たち残される家族に気持ちの整理をつけさせるための時間を、母が与えてくれたと思うので、感謝しているんです。」と初めて心境を語ってくださいました。そして、「そう思っていただける息子さんとお父さんがそばにいてくださるだけで、いつ子さんは幸せで安心ですね。」と私は返しました。

日ごとに眠る時間が増えるいつ子さんに、夫は「夜が大変だよ。寝不足になってしまう。もし、目が覚めた時に一人で逝ってしまったら…と思うと心配でね・・・覚悟はしているんだけれど。」と不安で揺れ動く複雑な心境を打ち明けてくれました。

8 月 27 日、「久しぶりにお風呂に入ったよ。気持ちよかった。」と、とても嬉しそうにいつ子さんは訪問入浴の報告をしてくれました。最初で最後の訪問入浴でした。

8 月 31 日ついに、いつ子さんは水分も全く取れず、尿も少なくなり、黄疸も出現し、うわ言のように何かを発するようになりました。いつ子さんの様子を見かねて、「今の状態で点滴をすれば、少しは楽になるのかな。」「点滴してもらうことはできるんですよね。」と、不安を払拭するかのように息子と夫が尋ねてきました。私は眠っているいつ子さんの前で、「いつ子さん、目の前でごめんなさいね。」と一言断ってから、息子と夫に点滴をすることのメリットとデメリットを再度説明しました。現状ではデメリットの方が大きいと思われ、いつ子さんに苦痛を与えかねないことも伝えました。

その時、いつ子さんが目を開けました。そっと手を握りながら、「いつ子さん、辛いですか？点滴をしますか？したいですか？」と、ゆっくりと尋ねました。いつ子さんは、私の手を握り返し、拝むようにしながら首を振って、「もうやらない。このまま最期まで・・・お願いします。お願いします。」と力を振り絞って、途切れ途切れになる声を

出します。
その瞬間、夫と息子は、「うん、うん、わかった。わかった。やめようね。このまま、このままでお願いします。」と、涙を浮かべながら最期の決断をしました。

そして、かろうじて意識があるいつ子さんに、「そろそろ、声を出すのが辛くなりましたね。もしかしたら、これからは眠る時間がもっと増えて、声も出せなくなるかもしれません。今、起きていられる時に、声を出せる時に、いつ子さんが皆さんに伝えたいことがあれば、大切にその時間を使ってほしいです。思いを伝えていきましょう。」と話すと、いつ子さんが「代わりに届けて」「信じています、信じています、」とジェスチャーを交えて、必死に訴えてきました。意識がもうろうとしている中でのメッセージ、いつ子さんの意思を正確に汲み取るのは難しく、もしかしたら、伝えたいのは全く別のことかもしれないと不安に思いつつも、私はいつ子さんの言葉を丁寧に確認し、言葉をつなぎました。「夫に手紙を書いて、私の代わりに、届けて、信じています、信じています。」「私の葬式をしてくれることを、信じています。」「息子さんと娘さんには？何かありますか？」と再び問うと、「みんな、信じています。」とつぶやいて、スーっと安心した表情を浮かべて、急に眠りに入りました。眉間にしわを寄せて眠っていた少し前とは全くの別人の表情です。欲も悔いも無いという表情、まさに仏さまの慈悲深い微笑でした。

訪問後、いつ子さんのメッセージと点滴をしないという意思を、娘に電話で報告しました。「頑張らせたつもりはないけれど、結果的に母を頑張らせてしまったかもしれませんね。」「私が母の死期が近いことを直視しないで、避けるようにしてきたから・・・母も頑張る姿勢を見せていたんですよね。」「もうそろそろ、私からも母に頑張らなくていいよ、と、母の最期を認めてあげなきゃいけませんよね。」「ありがとう、もう十分だよ。と言ってあげないとね。」と娘は泣きながら、私に電話口で語ることで、気持ちを整理しようとされていました。受話器からこぼれてくる娘の言葉、息遣いから気持ちを汲み取り、会話の間を取る手段しか娘に寄り添う方法が見つかりませんでした。
少し落ち着いた娘に、いつ子さんは今夜から明日には昏睡状態に入り、危篤状態になると思われることを告げ、最後まで悔いが残らぬように、大切に限られた時間を使ってほしいとお願いしました。そして、頻回に帰省して在宅生活を支えた娘に、いつ子さんの代わりに感謝の気持ちを伝えました。娘は、「後悔したくない」と孫を連れて、その晩に実家へ戻ってきました。
9 月 1 日、いつ子さんが会話や呼びかけに反応することはほとんどなくなり、こん睡状態となりました。
9 月 2 日、13 時「今、呼吸が止まりました。」と娘より電話が入りました。直ちに在宅医へ連絡し、私たちもいつ子さんの元へと向かいました。私たちの顔を見て、泣き崩れ

る娘と、気丈に振る舞う息子と夫が出迎えてくれました。
ベッドには、いつもと変わらず、穏やかな表情のいつ子さんが居ました。そばでは孫が遊んでいます。

娘から、「なんとなくいつ子さんの異常に気付いてベッドに行ったら呼吸がおかしかったので、孫をいつ子さんの横に座らせて、息子と夫を呼び寄せて、みんなが見守っているときに、大きく 3 回息をして、スーっと眠るように息を引き取ったんです。」といつ子さんの最期の様子を伺いました。

そして、娘と一緒に療養生活を振り返っては、共に涙し、共に笑いながら、エンゼルケアを行い、いつ子さんが自身で選んだ最期の衣装を身にまといました。

「みんなで見守ることができて良かった。在宅で死ねるんですね。こんな幸せな死に方があるんですね。最後に母にまた教わりました。教わってばっかりです。私も在宅で死にたい。そう思わせてもらいました。本当に母には感謝しています。皆さんにも感謝しています。」と、何度も何度も泣きじゃくりながら、娘は語り続けました。

夫と息子も「在宅なんて無理だと思っていたよ。でも、入院しなくて良かった。」と最期をしっかりと看取ることができたことに満足されていました。

この写真は、とても良い表情をされていると思いませんか。私たち関わったスタッフの全員が絶賛した、とても素敵な写真です。8 月 24 日のピクニックの記念撮影で、体調が良い時のいつ子さんの笑顔です。

最後になりますが、私は、一人ひとり、一家族ごとに色々な最期までの経過があり、最期の迎え方があると信じています。そして、それは決してこうでなければならない、一度決めたことは覆せないというものではないと思うのです。
共に悩み、迷いながらも、一緒に寄り添い、支えてくれる人が一人いれば、きっと選択肢は増えるのではないでしょうか。
いつ子さんの紹介で、最期を迎えるということ、看取りとはどのようなものかということが、ほんの少しでもイメージしやすくなったと感じていただければ、いつ子さんが皆様の中で生きた証となります。いつ子さんとご家族に出会えたことに感謝して、終わりにしたいと思います。