

『終末期リハビリが尊厳守る』

「終末期リハビリテーション」という言葉を聞いたことがあるでしょうか？

終末期とは、ターミナル期のことであり、病気が治る可能性がなく、数週間〜半年程度で死を迎えるであろうと予想される時期。看護師としてターミナルケアの目的は延命ではなく死を目前にした患者さまの身体的・精神的苦痛を和らげQOL (Quality Of Life) を向上させることです。そして「リハビリテーション」は知らない人はいないくらい、すぐに病院で行われている機能回復訓練の光景を思い浮かべる方が多いと思います。しかし、単に訓練を指す言葉ではなく、障害を持った方が可能な限り元の社会生活を取り戻すことを意味しています。

障害自体が軽減できるように機能訓練を理学療法士の指導のもと行いますが、それ以上に本人が生活の中で積極的に身体を使うことが重要です。リハビリはしてもらうことではなく自分自身が行うことが大切だと言われています。

リハビリテーション医療は多くの専門職によるチーム医療であり、チーム医療においてケースカンファレンス（検討会）は欠かせないものです。当病院でも毎週水

曜日カンファレンスを行っています。時には患者さんご本人やご家族も参加いただく場合もあります。カンファレンスの中で意思統一とゴール設定を行っています。しかし、終末期の患者さんに対するリハビリとはどんなイメージでしょうか？

「人生終末の時期に何故リハビリを行うの？」「こんなに腹水がたまつて身体を動かすことすら大変なのに・・・」「食事もだんだん摂れなくなってきたのに・・・」などと思うのは患者さんやご家族だけではなく現場で働く私たち看護師自身も最初は「何故？」「終末期の患者さんにリハビリをしてどんな意味があるの？」「つらいだけじゃないのかな？」という思いでした。

先日、方波見 康雄 医師が、北海道新聞の暮らしの欄「いのちのメッセージ」のコラムの中で、大田 仁史 医師との対談の中で、「『リハビリ』の語源はラテン語の『ハビリス』だ」と言われ、大田医師は「『ハビリス』とは、身体として人間らしくあるという意味だ。加齢や障害のため自立ができず、自力で身の安全を成し得ない人々には、例えば子どもであれ、最期まで人間らしくあるように医

療、看護、介護が連携した終末期のケアとリハビリを結び付ける工夫が大切だ。人間最期の姿、つまりご遺体に床ずれがあったり、口が開けっ放しだったり、関節が折れ曲がりたりでは、尊厳の名にふさわしくない。ご遺体は『ご』という警鐘がつく社会的存在で、ただの死体ではない。ではどうすればいいのかという、ご遺体からの発想と工夫が『終末期リハビリテーション』を内実のあるものへと導く」と提言しました。また

「スキーのジャンプ大会をテレビ中継などで観戦すると跳躍台から大空に大きくきれいな弧を描き飛ぶ姿も美しいが、着地する時に両腕を左右に広げ上半身を起こし、片方の膝を曲げ、前後に広げる姿勢「テレマーク」とはこの着地姿勢を意味するスポーツ用語であり、ノルウェー南部の山岳地域テレマークにちなんだ言葉だそうだ。テレマークの姿勢が鮮やかに決まれば、飛ぶ距離が少し劣っているも競技評価の合計点に計算されるそうだ。急斜面を高さ（標高差）から一気に地面に舞い降りるとき

のすさまじい物理学的なエネルギーの衝撃を吸収して芸術とも言える優雅な姿に変換する離れ業がテレマークなのだから、上乘せ評

価は当たり前だろう。これはしかし一朝一夕には成し得ない、よほどの修練の積み重ねが求められるだろう。なんだか人生の締めくり方にも当てはまる意味合いがありそうだ」と書かれました。

患者さん、お一人お一人の自らの人生の『テレマーク』を見据えた生と死の在りようと、それを支える社会的な仕組みのつくり方でもある『終末期リハ・ケア』は、人生百年時代の大切な実践課題としたいものだと日々感じています。

（文責 看護師長 佐々木千代子）

