



ワムタウン広場

WAM Town Open Space !

発行 一般社団法人ワムタウン推進本部
〒359-1131 埼玉県所沢市大字久米 554 番地 2
TEL 04-2941-3640 FAX 04-2941-3641
http://www.wam-town.jp/ E-mail:koho@tl-wam.or.jp

協力 医療法人啓仁会
医療法人昭仁会
社会福祉法人栄光会

WAM TOWN

11月

第110号 2018年／平成30年11月1日(木)

食べられなくなった認知症高齢者の医療について

～アドバンス・ケア・プランニング（ACP）のすすめ～

医療法人啓仁会 平成の森・川島病院（埼玉県川島町） 医師 砂川 昌子

はじめに

人間はいつか死を迎える生き物です。最期には食べられない時期が訪れます。これは自然な経過で、自然界で野生動物は食べられなくなると群れから離れ、自分の死に場所を探すと言われています。60年以上前を振り返ると、身近に死があり、多くの方々が老衰により自宅で最期を迎えていました。昨今、医療の進歩と回復への期待感から、終末期を病院で過ごす方が増え、多くの方々が病院で最期を迎えます。そして、高齢のため食べられなくなっても生命維持の医療がなされ、自然な死を遠ざけているのです。

急性期病院での終末期医療選択の現状

高齢者の終末期医療に関しては、延命治療を含めた積極的な治療を開始するか否か、一旦開始した延命治療を中止できるか否か、医療現場では重要な課題です。意識障害や認知症により自ら選択できない高齢者に代わり、家族に医療方針の選択を委ねることが病院では常態化し、入院時に医師は家族からDNAR（心肺蘇生を差し控えること）の方針を確認しています。突然の病気で救急搬送され、死が目前に迫る状況では本人の意思に基づく医療選択ができず、「先生にお任せします。」とか「出来るだけの事をしてください。」と言われる家族が多いです。大切な家族の人生を初対面の医師にお任せしてしまうのです。そして任された医師は生命維持を優先した医療を選択します。医療は進歩し、気道確保や人工呼吸器管理、心肺補助装置の使用により致死的な病状でなければ延命できます。完全回復が見込める場合は良いのですが、高齢者は何らかの後遺症が残り、寝たきり状態となる方が多いです。高齢で延命を望む場合は、その後の寝たきり状態で過ごす人生の覚悟は必要です。治す医療を優先する病院で最期まで病気と闘い、家族と別れの言葉もなく、モニターや点滴の管に囲まれた最期を迎え、本人は「最善を尽くした」と満足できるのでしょうか。

食べられなくなった認知症高齢者の医療

認知症高齢者が食べられなくなり、脱水や感染症で病院に搬送された場合、生命維持のため水分栄養管理（経鼻経管・胃ろうからの栄養剤投与や中心静脈（CV）カテーテルによる高カロリー輸液）を行います。医療の必要性を理解できない認知症高齢者にとって点滴などの医療処置は不快で、点滴針を刺すとき暴れたり、点滴針を自分で抜いてしまったりして落ち着かなくなります。一時的に医療を施せば完全に回復するのであれば、我慢させるのが本人にとっての最善と考え、身体を抑制したうえで医療を

施します。しかし食べられなくなった認知症高齢者は、完全な回復が望めないことも多く、死ぬまで身体を抑制して点滴や経管栄養で生かされます。

認知症高齢者の終末期は、がんや心・肺疾患と異なり、水分栄養管理により生命維持は可能ですが、その間も本人の認知機能や人格は損われていきます。いつから「終末期」が不明確です。最期まで尊厳を尊重した人間の生き方に着目した医療を目指して、「人生の最終段階」と言い換えるようになりました。胃ろうは優れた栄養管理法で、元気になり一時的に口から食べられるようになることもあります。認知症が進行して寝たきり状態になっても生命は維持されます。胃ろうを望んだ家族より長生きすることもあります。

これまで急性期病院で多くの家族や医療者に食べられない状況での医療選択について問いかけましたが、胃ろうで「生かされる」状況に嫌悪感を抱く方は多く、「自分なら胃ろうはやめて欲しい」と言います。しかし親や配偶者等で本人の意思がわからない時、大多数の方が死に至る選択ができず、胃ろうや他の水分栄養管理を希望し、介護できない場合は療養できる病院や介護施設に預け、その環境に合わせた生き方を押し付けることになります。たとえば、施設に戻るため胃ろうを造設したり、医療療養病院に転院するためCV管理やCVポートを造設したりすることです。

もし水分栄養管理で生かされることを望まないと本人の意思が事前に示されていたならば、自然に看取る選択もできるのではと思います。

アドバンス・ケア・プランニング（ACP）

終末期の患者の約7割で、本人の意思決定が不可能だったとの報告があり、事前に病状の認識や意思を確認する取り組みが進められ、その一つがACPです。今後の治療・療養について患者・家族と医療従事者があらかじめ話し合う自発的なプロセスです。患者本人が病状や予後を理解し、人生の価値観や目標から治療や療養に関する意向や選好、その提供体制について話し合います。その結果を記述し医療・ケアの関係者で共有します。病状や生活状況が変わるごとにACPは変化するので、繰り返し話し合いを行い、自ら意思決定ができなくなったときに備え、信用できる意思決定代理人の選定も行います。

自らが希望する医療・ケアを受けるために、大切にしていることや望んでいること、どこで、どのような医療・ケアを望むかを、自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有することが重要です。

患者自身が「もしものとき」に備えることができるよう、「平成29年度厚生労働省委託事業 人生の最終段階における医療体制整備事業」で作成された「これからの治療・ケアに関する話し合い-アドバンス・ケア・プランニング-」（パンフレット）では、人生の最終段階における医療処置や療養の場所について自ら学び、病院や家族に見せられる自分の意向をまとめたシートの作成ツールとなっています。

今年（平成30年）3月にはACPを取り入れた「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン」が在宅医療や介護の現場において活用する観点等から改訂されました。人生の最終段階における医療・ケアの方針決定には医師等の医療従事者から適切な情報の提供と説明がなされ、それに基づいて医療・ケアを受ける本人が、多専門職種から成る医療・ケアチームと十分な話し合いを行い、本人による意思決定を基本とし、意思が変化しうることを踏まえて、本人との話し合いが繰り返し行われることが重要です。また本人の意思が確認できない場合は、家族等の本人に代わる者と十分話し合い、本人の意思推定を尊重し最善の方針をとることを基本としています。

認知症高齢者にACPを

認知症の臨床経過は長いため、本人の意思が確認できる時期として、認知症診断時や介護保険導入時、骨折などで日常生活動作（ADL）低下した時などが挙げられます。認知症の経過に見通しを持ち、折あるごとに、人生の最終段階について、医療者や介護者を交えたACPの話し合いを行い、本人の望む医療やケアが受けられる世の中にしていきたいと思っています。

参考資料：

- (1) 第1回 人生の最終段階における医療の普及・啓発の在り方に関する検討会 資料3、「アドバンス・ケア・プランニング いのちの終わりについて話し合いを始める」、神戸大学大学院医学研究科 先端緩和医療学分野 木澤義之、平成29年8月3日
- (2) 厚生労働省ホームページ 健康・医療「自らが望む人生の最終段階における医療・ケア」
- (3) 日本医師会作成パンフレット「終末期医療アドバンス・ケア・プランニング（ACP）から考える」



積極的に利用していただくために

社会福祉法人栄光会 デイサービスセンター ロイヤルの園(埼玉県所沢市) 生活相談員 川杉 卓也

デイサービスセンターロイヤルの園では、ご利用者の日常生活に関わり、一部を援助させていただいています。年齢による衰え、病気等による機能障害を抱えている方々の介助をしていますが、決して介護「する」側、「される」側と言った関係ではなく、各々のとらえ方によっては多少の違いはあるかと思いますが、お互いに支えあっている関係と職員は感じています。なぜなら高齢者の方々は人として衰え、障害を抱えているわけではなく、

人としてはむしろ多くの経験を重ねてきた人生の先輩方だからです。

なかなか社会参加の機会を持てないご利用者の皆さんには、デイサービスでの交わりの中で、なるべく楽しく充実した時間を過ごしていただけたらと思っています。デイサービスは小さな社会参加の機会かもしれませんが、ご利用者方には受動的にならず能動的に過ごしていただくよう工夫しています。ご利用者にとってデイサービスは一週間の中で外出し社会参加する時間、人とコミュニケーションし身体を動かす時間、体調の良し悪しをお伝えしていただく時間、食事・入浴・レクリエーションする時間等と上手に生活のリズムに取



賑やかに迎え入れます

り込めればと思います。また、季節感を楽しんでいただくため、ホール内・玄関壁面の飾りつけの他、毎月のように行事を行なうよう努めています。

参加されたご利用者が見せて下さる笑顔が職員の支えとなり、また楽しんでいただこうと頑張る力になっているデイサービスをこれからもよりよくお願いいたします。



皆さん真剣に書いています



毎回季節をテーマに描きます

格好よく立って、歩いてみませんか

医療法人啓仁会 法人本部(埼玉県所沢市) 総務人事部 矢澤 誠

私は大学時代にスポーツ科学を専攻しており、日本スポーツ協会や陸上競技連盟の公認資格も持っていることから、啓仁会で事務職として働く現在も、週末はボランティアで近隣市民を対象とした地域スポーツクラブで陸上競技のコーチをしています。

そこでは主に市民ランナーの方々と一緒に走りながら、ランニングの楽しさや効果についてアドバイス(らしきもの)をしているのですが、中には久しぶりに身体を動かす方、運動経験がほとんどない方もいらっしゃいます。そんな方には、きっかけづくりとしてランニングより先にウォーキングからスタートしてもらう方が適当なケースもあります。

今回は、その時にアドバイスをしている3点を紹介したいと思います。ランニングは人によって思った以上に強度や敷居が高いものですが、ウォーキングはそのハードルも比較的lowめだと思いますので、是非健康づくりの参考にしてみてください。

1 背筋を伸ばして立ってみましょう

街中でもよくウォーキング(散歩)をしている方を見かけますが、やや腰がひけ気味だったり、背筋が曲がっていたりと、もう少し効率的に身体を動かせるのと思える事があります。それは、身体に軸がしっかりと通っていないことが原因と思えます。

まず始めに足を肩幅程度に開いて、「くるぶし」「腰部の足の付け根」「肩」が一直線になるように背筋を伸ばして立ってみましょう。大抵は、いつもより胸を張って肩を開く、ま

た、腹筋と背筋を使っている感覚になるようです。そうして、土踏まずあたりから頭の先へ一本の軸が通ったイメージを持てたら、スムーズに身体を動かす準備は完了です。

2 脚全体で地面を押して歩いてみましょう

歩く際、膝から下からの動きが主で、足首で「地面を蹴って」進む人が多い印象があります。しかし、「足」だけでなく、「脚」全体を使って「地面を押して」身体を前に進めた方が、より効果的に歩くことができます。

前述の立ち姿のイメージを持ちながら、太ももの後ろ側(ハムストリング)を意識して、地面を「押す」ようにして身体を前に進めてみてください。すると自然と腰高な姿勢になり、反対側の脚も膝下だけでなく脚全体を前に振り出しやすくなるはずです。また、足を着く際は、お尻(大臀筋)で衝撃を受けるようにすると、姿勢が崩れずに次の一歩につな

げられます。

3 腕振りは肩甲骨を意識しましょう

歩く(走る)時には腕も一緒に振りますが、これはリズムを取るためだけではありません。脚を交互に動かすと、下半身にはひねりが加わります。それに応じて身体は左右に蛇行してしまいますので、腕を振って上半身を逆にひねることでまっすぐにバランスをとっているのです。自然に腕を振るだけでも問題ありませんが、腕を引く際に肩甲骨も一緒に動かすイメージを持つと、より効果的に上半身を動かすことができます。

以上の点に留意してウォーキングを続けることで、よりダイナミックな動きができるようになり、その後のランニングにつながりやすいといった意見をいただいています。

今回は走ることを前提でご紹介をしましたが、普段の立ち方・歩き方を意識するだけでも、腹筋・背筋といった体幹周りや身体を支える脚全体の筋力の維持・増進に効果が期待できます。何より、「今までより立ち姿・歩き姿が格好良くなった」と言われる事も多いようです。日常動作のちょっとした意識が、皆さんの健康づくりはもちろん、格好良さにも役立てば幸いです。



立ち方のイメージ



歩き方のイメージ

◀モデルは早大競走部1年・中谷選手(世界ジュニア陸上選手権日本代表)

制作活動 ～ちぎり絵～

医療法人昭仁会 介護老人保健施設 四季の里(埼玉県新座市) 4階ケアワーカー 藤森 祐子

4階では大きなちぎり絵を制作しました。下絵を拡大して15分割し、1片をA4サイズにします。各々お花紙をちぎって貼り付け最後に一つの絵に戻します。

お花紙は柔らかく薄いので重ねて貼ることで色の濃淡ができますし和紙のような風合いにもなり

ます。作業を見ていると、ちぎったお花紙をきっちり線のとおり貼る方や大雑把にどんどん貼っていきあっという間に終わらせてしまう方などそれぞれです。出来上がりに貼った方の性格が表れて面白いです。その後一枚に貼り合わせ修正を施して完成です。

素朴な風景画に出来上がっていると思います。作品は4階エレベーター前に展示しておりますのでどうぞご覧ください。



青空に赤富士



図面を見ながら



後の仕上げ



秋といえば！のコンテスト



医療法人啓仁会 介護老人保健施設 三鷹ロイヤルの丘(東京都三鷹市) リハビリテーション室 月井 麻美

記録に残る厳しい暑さも少しずつ和らぎ、残暑の中にも秋の気配が感じられるようになりました。

そんな中、三鷹ロイヤルの丘では秋らしいイベントを行いました。題して「秋といえば！の作品コンテスト」です。

2、3、4階のADユニット、BCユニット6つのグループに分かれ、秋に関連する作品を作り、1位を競うというものです。投票者は三鷹ロイヤルの丘に来ていただいた方全員で、側に投票箱を

置くことにしました。1位になったグループには豪華なおやつが提供されます。

各グループの利用者様達及び(お手伝いの)職員は1位をめざし熱心に作品を作っており、9月になると、それぞれ個性的な6つの素敵な作品が完成しました。三鷹ロイヤルの丘のロビーに飾られた作品は、面会などで来られる方たちの目を楽しませていました。

皆さん、1位がどのユニットになるのか、わくわくしながら結果をととても楽しみにしていました。その結果は10月7日の三鷹ロイヤルの丘ハロウィンパーティーで発表されました。栄えある1位の作品は3階BCユニットの作品に決まりました。他とは違う本の形の工夫が勝因だったのではないのでしょうか。

3階BCユニットの皆様おめでとうございます！豪華なおやつを楽しみにしててください。



沢山の素敵な作品が飾られています



栄えある1位作品！



表紙はかわいいかぼちゃです

豊川市 出前講座に参加しました

医療法人啓仁会 介護老人保健施設 たんぽぽ(愛知県豊川市) リハビリテーション室 副主任 坪井 秀樹

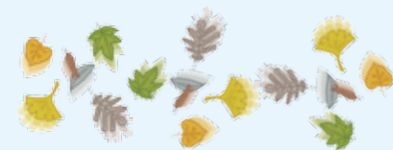
介護保険制度の改正に伴い、地域包括ケアシステムが推進されていることは皆様ご存知のことと思います。豊川市においても総合事業・地域リハビリテーション活動支援事業として、リハビリスタッフが地域の高齢者団体の集会へ出張し、運動機能等向上に関する講座(通称として出前講座)がスタートしています。そうした中で、啓仁会豊川地区セラピストも10名程度がその講師に登録をしており、この7月に開催された出前講座の講師を私が担当することになりました。

講座当日は準備運動から座位での体操、立位での体操を実施しました。参加者は10名程でしたが、活発にお話される元気な方ばかりで、座学や

ロコモティブシンドロームのチェックも真剣に受けていらっしゃる場面から皆さんが健康にとっても気を遣っておられる感じを強く受けました。私自身が人前で話すことに緊張しながら講座を進めていたことにに対し、参加者から話しかけて頂いたことでリラックスでき、逆にとても楽しく講座を進めることができました。講座の終了後、参加者からは「大変だったけどいい運動だったよ。家でもやってみるね。」という声が聞かれたり、健康や身体の状態に関する質問が多く寄せられました。また、「ありがとうねー、また来てよ！」と元気な声をかけてもらいながら帰っていく参加者を見て、とても充実した気分になり、また講師を務め

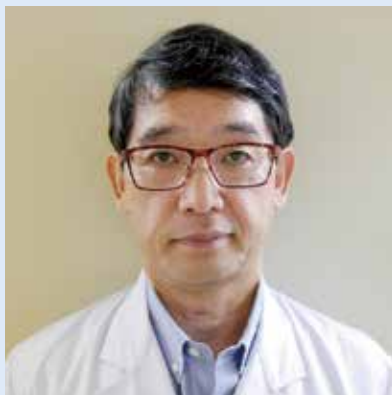
たいと感じました。

今までは、施設に従事しているばかりでしたので地域に目が向かず、介護予防という分野に自分がどれだけ貢献しているのか疑問を感じていました。そのため、今回はそれを再確認する機会を得ると共に介護予防における地域の自助グループ、コミュニティの重要性を認識することができました。今後は、地域包括ケアシステムの中で、高齢者が住み慣れた地域でその人らしい暮らしを送り続けるための支援に、より一層力を注いで参ります。



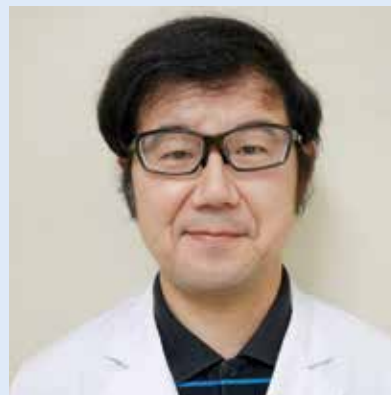
就任のあいさつ

医療法人啓仁会 石巻ロイヤル病院 (宮城県石巻市)



内科・外科部長
瀬上 秀雄

5月から勤務しております。内科、外科の担当をしておりますが、前職では訪問診療を中心とした在宅医療に携わっておりました。ご高齢の介護等を必要とされる患者さんにもお役に立てればと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



内科・外科部長
菅原 聡

石巻ロイヤル病院には、これまでも週1回、外来で勤務をしておりましたが、6月から常勤職員として赴任しております。元々は外科ですが内科も長く、広く皆様のお役に立てればと思います。どうぞよろしくお願いいたします。



内科部長
中山 昇一

7月から勤務しておりますが、石巻ロイヤル病院は若くて活気があると感じております。若い皆さんには世代の壁を感じますが、同じ医療職として協調して患者さんに接してまいりたいと存じますので、どうぞよろしくお願いいたします。



内科部長・在宅事業担当部長
菊地 哲

石橋院長から引き継ぎ“通所・訪問リハビリテーション”を担当することになりました。35年前に大学を出てからずっと内科の臨床医としてやってきました。

今回初めて在宅部門のリハビリテーションを受け持つことになり、全くの新米ですが、少しずつ皆様方と共に歩んでいければと考えています。

ある患者さんからリハビリを受けてから病で倒れる前の状態より更に体調が良くなったとの話を伺い、リハビリテーションのパワーを改めて実体験しているところです。



8月から勤務しております。生まれは宮城県南の大河原町というところで、あと1年ちょっとで70歳になります。今月から

ロイヤル・ワム・タウン 写真館

vol.22



雲上から

【撮影データ】

カメラ：OLYMPUS E-M5 mark II (OM-D) 露出：8sec, f8.0

レンズ：OLYMPUS M.Zuiko 25mm/F1.8

医療法人啓仁会 法人本部
総務人事部 矢澤 誠

【コメント】

埼玉県・秩父市は「都心から一番近い雲海スポット」と言われています。その真偽のほどはさておき、市街部からアクセスしやすい場所であることは間違いないでしょう。

雲海は春と秋の「前の晩の湿度が高く」「前日からの気温差が比較的大きい明け方近く」に発生しやすいようですが、風の影響も受けやすく、その日になってみないと実際に拝めるか分からないのが難点です。事実、僕も過去に4回空振りをして、トボトボと家へ戻った経験があります…

しかし、前晩にこれ以上はない気象状況であることを知った9月末のある日、真夜中に車を走らせてようやく撮れた雲海の1枚がこちらです。普段はよく見える公園橋も頭を出すのみで、秩父の町一帯が雲に覆われた様子、ところどころ雲下からの照明が光る様子は、確かに一見の価値ありでした！

実際は、空が白む前にもっと幻想的な風景が広がっていたのですが、(夜中の4時前に…)チャンスを狙ってごった返すカメラマン達に阻まれて撮影ができず…皆同じように、綺麗な景色はレンズに収めたいと思うものなのですね。