



ディグニティセラピーとエンドオブライフ・ケア

「エンドオブライフ・ケアとは何をすることですか」と問われたら、皆さんはどのように答えるでしょう。私であれば、「人生の最終段階を迎えた、その人の“尊厳”を守るケアです」と答えませぬ。

エンドオブライフにおいては、人は様々な形で、自分自身の“尊厳”を失っていきます。今まで1人で買い物に行っていた人が、行けなくなったり、今まであたりまえにできていた入浴やお手洗いですら、できなくなったりします。自分が果たしてきた役割を失い、家族や他の人に迷惑をかけ、本当は自分でやりたいことを制限されてしまい、自尊心が崩れていきます。

私が私でなくなっていく…

私はまだ、本当に私なのだろうか？

私には、まだ生きている価値があるのだろうか？

何のために生きているのだろうか？

多くの人が、このような苦しみを抱えます。この苦しみは、何ものがんという病気の人だけが抱える苦しみではありません。認知症や心臓病や神経難病を含むすべての人が抱える苦しみです。やがてお迎えが来るであろうすべての人とその家族が避けて通れない大切なテーマがここにあります。

あらためてエンドオブライフ・ケアでは、このような苦しみを抱えた人の尊厳を取り戻すことを意識します。どうすれば、尊厳を取り戻すことができ、尊厳を守り、さらには、尊厳を維持していくことができるのでしょうか。

1つの可能性として、ディグニティセラピーを紹介します。カナダの精神科医であるチョチノフ博士によって考案された精神療法的アプローチです。9つの質問を中心としたやりとりを経て本人の尊厳を取り戻し、そして、本人の言葉を大切な人に宛てた手紙にすることで、取り戻した尊厳を、世代を超えて維持していくことを可能にするものです。手紙を書くのは、本人ではなくセラピストです。訓練は必要ですが、構造化されており、本人との信頼関係ができていれば、短期的で有効な精神介入方法であるとされています。

めぐみ在宅クリニックでは、2年半ほど前からディグニティセラピーを実施し、約70名の患者さんが手紙を作成しました。ディグニティセラピーを通して、人生を振り返り、本人が誇りに思っていること、果たしてきた役割、学んで来たことなど、本人が大切にしてきたことや憶えてほしいことを言葉にします。そして、その言葉は手紙という形で、大切な人に受け継がれていきます。

ディグニティセラピーについては、このテーマを学びたい人のために、情報を提供していく予定です。ご期待ください。

小澤竹俊

NHKスペシャル「人生の終(しま)い方」番組紹介

クリニックで在宅療養を支援していた患者さんが、5月22日（日）午後9時00分から9時49分放送のNHKスペシャル「人生の終(しま)い方」の中で紹介される事になりました。特にディグニティセラピーを通して、ご自身の伝えたいメッセージを家族に残されました。Nスベでは、このディグニティセラピーを十分に紹介する枠がないこともあり、5月19日（木）朝のNHKおはよう日本の特集で紹介される予定となりました。また5月18日（水）の朝8時15分NHK「あさイチ」の放送内でも、予告編とあわせてナレーションを担当された樋口可南子さんと進行役の歌丸師匠も登場する予定です。あわせてご覧下さい。



学生と若手医療者のための企画があります

2016年8月27日（土）午後1時から午後5時30分に札幌徳洲会病院にて「第10回学生と若手医療者のためのホスピス・緩和ケアの集い in 札幌」を開催いたします。講演は前野宏先生（第40回死の臨床研究会年次大会 大会長）です。分科会では、死の臨床の現場で働くエキスパートとの少人数セッションを予定しています。参加費は無料で、対象は、学生と若手医療者（自称若手でもOK）です。申し込み先は、megumizaitaku.kikaku@gmail.comまで、氏名・所属・メールアドレス・住所・日中に連絡がとれる電話番号・懇親会参加の有無（会費3500円）を記入してお申し込み下さい。みなさまのご参加をお待ちしております。

診療実績

	2006-2015年	2016年1月	2016年2月	2016年3月	2016年4月	2016年計	総計
訪問回数	41,338	772	770	781	898	3,221	44,559
自宅永眠	1,528	22	24	15	23	84	1,612
施設永眠	158	4	3	4	5	16	174
在宅(自宅+施設)	1,686	26	27	19	28	100	1,786
病院永眠	397	8	6	7	3	24	421