

### 家で看取ることの意味 - 家族にとっての在宅医療を考える

フリージャーナリストの藤井満さんの体験を掲載しています。

連載 最終回です。

藤井さんの体験をまとめた本が11月発売になります。

ご夫婦で作ったホームページは「週刊レイザル新聞」

<http://reizaru.r-lab.info/>

#### ■ がんの妻を看取る 「今ここ」を大切に ④

2018年9月23日は千葉県に住む妻の姉が泊まってくれました。足をマッサージする義姉に、「お姉ちゃん、しんどいからええよ。コイツにやらせたらええ」と僕を指さします。義姉は「これだけやってもらってコイツはないでしょ?」と言って大笑いしました。

翌日はあまり言葉が出なかったけど、好物の洋菓子を買ってきたら「アップルパイだあ!」と目を覚まし、3分の2切れほど食べました。

でもこのころから「私はもう病気じゃない。おいしくないもんはいらん」と薬を吐き出すようになり、歯を磨けなくなりました。

口数もしだいに減ります。28日に腹水が減っておなかへこんで喜びましたが、午前9時に入浴した後は野菜ポタージュやゼリーを口に入れても、飲み込まなくなりました。

妻は自分の性格を「おしゃべりで食いしん坊で暴れん坊で甘えん坊」と言っていました。暴れん坊が動けなくなり、おしゃべりが消え、甘えてくれなくなった。「食いしん坊」も消えてしまいました。

29日、訪問看護師は「血圧が低くなっている。胸で息をしながら苦しうだけど、これは本人が一番楽な呼吸法。呼吸する筋肉が動かなくなってきたからこうなっている。

この後、肩で息をするようになり、次にあごになります。

「大事な人は今日中に来てもらってください」と告げました。

妻の高校時代の友人たちが午後10時に帰り、2人になりました。

もう何も話してくれません。手を握ってもそわそわして、血洗いに立つ。

その途中でまたもどって手を握り、足をマッサージする。

すぐまた血洗いに立つ。その繰り返しです。

4月の私の誕生日に妻がプレゼントしてくれた安楽いすをベッド脇に置き、手をつないで横になりました。

ウーン、ゴロゴロ、グルグルと、妻は喉を上下させています。

30日早朝、ヤクルトをスポンジにふくませて口に入れたけど、噛みしめるだけで吸ってくれません。7時40分、急に呼吸の音が静かになりました。近づくと10秒ぐらいして、ゲーツと音を立てて息を大きく吸います。何回か繰り返したあと、静まり返りました。

え? これって。え? もどってこい! お願いだから!

叫んで、肩を揺すって、抱きしめて……。動転したまま看護師や医師に「息が止まりました」と電話しました。

まもなく看護師が駆けつけて、おむつをはずして洗い、洗髪し、化粧して、妻が自ら死装束に選んだワンピースに着替えさせてくれました。医師は「午前8時45分」と死亡診断書に記しました。

通常2時間以上かかる葬儀社との打ち合わせは40分で終わりました。

会葬御礼はクッキーや紅茶のセット、棺はシンプルに、骨壺は小型のもの、葬儀後の料理は一番よいもの……。妻は病室に葬儀社を呼んで詳細な見積もりを取っていました。

2週間前に亡くなった樹木希林さんを思わせるみごとな「終活」でした。

通夜と葬儀では、バイオリン教室の先生と仲間たちが棺を囲んで「G線上のアリア」を弾いてくれました。

私の大切な友人のひとりに、安藤栄里子という京都新聞の元記者がいました。多発性骨髄腫で「2年」と余命を宣告されてから「元気だった過去や、あったかもしれない未来を嘆くのではなく『今ここ』に集中して生きる」と、さまざまな社会問題に取り組み、8年間生き抜いて2012年に亡くなりました。

「今ここ」という言葉に私も救われました。妻が元気だった1年前と比べたらつらすぎる。

でも今ここに集中すると、自宅でふたりで食べる食事はおいしいし、

妻のひとつひとつの言葉やしぐさがとても愛おしい。

「今ここ」を念じることで、少なくとも妻が息を引き取る瞬間までは、絶望に流されずにすみました。その後は、大切にすべき「今ここ」のない毎日がはじまるのですが。(おわり)

妻の病気や在宅緩和ケア、亡くなるまでの1年間に特訓を受けた料理についてまとめた本「僕のコーチはがんの妻」(KADOKAWA、税込み1430円)が11月27日に発売されます。よろしければごらんください。

