

# 人生の最期の医療介護の受け方を考えてみませんか？（自宅で看取る場合）

市在宅医療・介護連携部 ☎ (25)1182

大切なかたに「できるだけ長く生きてほしい」と思うものですが、「生きる時間の長さ」だけではなく、本人が望む「生活の質」がかなえられるようサポートすることも重要です。

人生の最期をどこで過ごしたいのか、どこまでの治療を希望するのか、元気なうちから話し合いをしておけば大切な判断を求められたときに迷ったり後悔したりすることが少なくなるかもしれません。

## ふだんから話し合っておくこと

- 自宅や病院・施設など、どこで最期を過ごしたいのか。
- 延命治療や痛み・苦しみを取り除く医療など、人生の最終段階にどのような医療を受けたいのか。
- 誰に最期を見送ってほしいのか。

## 自宅での看取りを希望する場合

かかりつけ医や訪問看護師・担当ケアマネジャー・地域包括支援センターに相談しましょう。最期まで自宅で療養する場合、本人や家族・友人などがかかりつけ医や訪問看護師などが支えます。

## 亡くなるときの兆候（個人によって異なります）

大切なかたが衰えていく様子を見るのはつらいですが、適切な医療を受け、亡くなるときの徴候などを知っていれば、おだやかに、自然に最期を送ることができます。

亡くなる  
2週間～  
1週間前ごろ

- 食欲が低下してきます。
- だんだんと眠っている時間が長くなります。
- 意識が混乱することがあります。
- 尿や便の量が少なくなります。



亡くなる  
直前の  
徴候

- 声をかけても目を覚ますことが少なくなります。
- 意識がなくなると、のどもとでゴロゴロという音がします（とても苦しそうに聞こえますが、本人は苦しさを感じていません）。
- 呼吸のリズムが不規則になります（呼吸が弱くなり、10～30秒ほど呼吸が止まったり、肩やあごを使い口をパクパクさせ、浅い呼吸になっていきます）。
- 手足が冷たくなります。

臨終の  
ときに

臨終の瞬間にかかりつけ医が立ち会えば理想的ですが、一般的には呼吸停止した後に連絡を受けて訪問することがほとんどです。継続して診察している病気が原因で亡くなったことが明らかであれば、かかりつけ医がその場に立ち会ってなくても死亡診断書を発行できます。息を引き取られた時刻をメモしておき、かかりつけ医に連絡してください。

## 救急車を呼ぶということについて

### ◇苦しそうな状態を見て、救急車を呼ぶと…

「病院に運ばれ、延命処置などの積極的治療を希望する」ことになり、本人の意思とは無関係に、望まない処置も施されてしまいます。

### ◇気づいたら息を引き取っていたため、救急車を呼ぶと…

すでに息を引き取っていることから、救急隊は警察に連絡します。警察が介入すると検死の扱いになり、時に家族が事情聴取され、厳かな看取りが一変します。



まずは、慌てずにかかりつけ医、訪問看護師に連絡しましょう。