



あくら通信



気温40℃越えの報道が珍しくなくなり、渇水と思えば豪雨とONかOFFしかない**異常気象**に農作物への影響が懸念されます。先日お話しをした**アスパラガス農家**さんも、毎日10cmは成長し、96%が水分のアスパラガスにとって、酷暑と水不足は致命的であり、真っ直ぐ成長しないなど既に**影響**が出ている様子でした。一方で、夏から秋にかけて若いアスパラガスの生長を支える親茎と葉は雨に弱いこと、太さなど**親茎の特徴**は若いアスパラガスに**受け継がれる**こと、しっかり光合成をして**根にも養分**を蓄えさせ、**適切な土壌で大切に育てる**と10年、長い農家さんで**30年も同じ株から収穫**できるなど、熱意を持ったプロのお話は、**人の成長**にも重ね合わせる内容も多く、より深く美味しくいただきました。



ACPをご存知ですか？

8月は終戦やお盆など、いつもより**死を意識する機会**が多い月かもしれません。人の死について語ることは長い間 日本では**タブー**とされる傾向がある上、災害や戦争の報道でも日本の報道は意識して死を**映さない配慮**をすることや、自宅で亡くなる方の減少や 小規模葬の増加など、**死を目の当たり**にする機会**は減少**しています。昭和26年には**自宅**で亡くなる方が82.5%・**病院**で亡くなる方は9.1%でしたが、医療の進化や家族構成の変化、高齢者の医療費軽減など様々な要因から、昭和51年には病院での死亡が在宅での死亡者数を**逆転**し、国民の**7割近くが在宅死を希望**するなか、平成18年には自宅で亡くなる方が12%・病院で亡くなる方が85%と**完全に逆転**する形になりました。ところが、平成22年頃から少しずつ(高齢者施設を含む)**在宅**でお亡くなりになる割合が**増えて**おり、特にコロナ禍の影響を受けた令和元年以降、在宅死の割合が**更に増えている傾向**があることが、岡山大学の研究でも明らかになっています。**在宅医療**や**看護**の体制が整ってきていること、**介護保険制度**の充実、高齢者施設でも**看取り**を行う施設が増えてきたことなど、**在宅死を支える社会基盤**は整いつつあります。自分自身の最期を どのように迎えたいかを**整理**して、いざという時には口にできないかもしれない希望を予め周囲の人たちに**伝える準備**のことを**ACP(アドバンス・ケア・プランニング)**と言います。日本語では**人生会議**と表現されますが漠然としており、**敢えて**わかりやすく言い換えるとするなら「**死に方相談**」でしょうか。できれば**安らかに周りに負担をかけず**最期を迎えたいと誰しもが思うことですが、こればかりは**予測は不可能**で 必ずしも希望が叶う訳でもなく、**経験者の意見**を参考にできる訳でもなく本当に**難しい**ところです。**ピンピンコロリ**が良いように思う一方、言い換えると**突然死**でもあり、脳卒中や心筋梗塞、交通事故など**強い痛み**を伴う死因が多いと聞くと更に悩みは深まります。確かに医療は進歩して**直せる病気**は**増え**ましたが、確実に**死に向っている状態**をくい止める医療が存在する訳ではありません。令和元年、心肺機能停止後に**救命救急治療**により一命を取り留めた方の割合は13.9%(1ヶ月後生存率)ですが、社会復帰に至った方は9%(救命率)、搬送された方の平均年齢は約65歳であり、ご高齢になると**率は下がる**と考えられます。**救急車**を呼ぶ、**救急外来**に罹ると**医療専門職は全力で救命**に努めます。**心肺停止**になったとき、口や鼻から気管にチューブを入れて**人工呼吸**を行うか否か(人工呼吸が長く続く場合は喉から**気管を切開**してチューブを繋ぐ形に**移行**します)、**胸骨圧迫**や**AED**を受けるか否かを、口から食べられなくなった時に 誤嚥性肺炎を避けるためにも胃に直接栄養を送る**胃ろう**をつくるか否か、腎臓機能が低下して**透析治療**が必要になった時にどうするか、**命が助かる**ならば**出来る限り全ての**ことを希望するか、**元の生活**に戻る可能性が**低い**のであれば**控えたいか**を検討して周囲の人たちと**共有**します。これらの医療は いちど**始めると途中で止めることが極めて難しい**ことから、希望を共有できていなかった遠い親族等が**鶴の一声**で方針を転換してしまう(アメリカでは**カリフォルニア娘**と表現されます)ことなど無いよう、行政が提供しているツール等も活用して**形に残しておく**作業が大切です。難しい判断であり、**百人百様 尊重**しつつ、一度に全ての結論を出す必要はなく、**かかりつけ医師**にも相談しながら **悔いの無い改訂**を繰り返すことも大切です。

県ACP紹介動画 県提供ツール 参考書籍



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9:00 ~ 13:00	●	●	●	●	● / ●
15:30 ~ 18:00	休	●	休	●	● / ●



- 内科一般外来と併せて、金曜PMに**甲状腺外来**を、火曜PM・木曜AMに**胃カメラ検査**を、木曜PMに**糖尿病外来**を、第3週を除く金曜AMに川崎医療センター専門医による**呼吸器外来**、お電話にてご相談ください。
○初診Web予約：<https://www.yawaragi.life/> ○**Instagram**でも情報を発信しています