

おくのほそみち ~ 選ぶということ ~ 生き場			8
		理学療法士 奥野 景子	

「高木さん、施設に行くことになったんだって」この言葉を同期に言われた私は驚いた。高木さんは、長年の膝の痛みに耐えられず、膝に人工関節を入れる手術を行なった人だった。東京の人だったが、家族の意向もあり、田舎にある病院にリハビリのために入院していた。

正直、入院当初から家に帰っても何の問題もない人だった。そんな高木さんが、リハビリでダイエットに成功し、退院まであと二週間くらいといったところで施設行きが決まった。しかも、そのことを本人は知らない。それは、退院前日まで本人には知らされなかった。そして、そのことを知った高木さんは憤慨し、もちろん退院は延期になった。

高木さんは、入院当初から家に帰っても何の問題もない人だった。ただ、それは身体機能的なことだけであって、入院前から家族にとっては、家に居て欲しくない人だったらしい。

私は、理学療法士として約9年間働いてきた。二つの回復期リハビリテーション病院で合計4年間働き、現在所属する診療所に勤務してもうすぐ約5年が経つ。その約

9年間を通して、今の私が大切だと思うことは「生きる場所をどうやって選ぶのか?」、「どう生活をしたいのか?」ということである。そして、その為に自分に出来ることは、自分が行なうべきことは何なのかを考え、それに取り組んでいるのだと思う。

今回のマガジンは、今までのマガジンの中でもとても大切なことを書くことになるのだろうと思いながらパソコンに向き合っている。ただ、上手く考えがまとまっていない部分も多々あると思われる。でも、書いてみようと思う。

【失語症の大工さん】

一つ目の病院に勤務していた時に担当した佐々木さんのことをたまに思い出す。元大工さんで、奥さんと二人暮らし、娘さんは近所に住んでいるが、各々家庭を築いていた。頑固者で、自分をしっかり持った方だった。脳卒中の影響で、右半身に重度の麻痺があった。人の言っていることは何とかわかるけど、自分が言いたいことは上手く言えない、そんな感じの失語症もあった。一つのことに集中すると他のことに注意が向かなくなり、一生懸命に運動をするあまり、自分が大きくバランスを崩し、今にも倒れそうな姿勢になっていることに気が付

かないことも何度かあった。

退院を間近に控えたある日、家屋調査に行った。事前に家屋の情報をもっていたものの、それだけでは実際の生活の中でどこに不自由が生じるかがわかりにくく、本人と奥さんと長女さん、担当看護師と私でお家を訪問した。事前にある程度、問題が生じそうな場面は想定していたが、思っていた以上にそれは大変だった。早く家に帰りたい佐々木さんは「家での生活なんて何の問題もないよ」と言わんばかりにガシガシ階段を上がり、狭いトイレにもグイグイ入っていく。佐々木さんがそれを頑張ろうとすればするほど、姿勢は大きく崩れ、私たちの声は佐々木さんに届かなくなり、転ぶギリギリのところで身体を精一杯支えることしか出来なかった。

福祉用具や家屋改修だけでどうにかなることではないことは、明らかだった。佐々木さんを介助するのは、一緒に住む奥さんが中心になる。娘さんたちは、自分の家庭もあり、頻回に家に来ることは出来ないと。奥さんの介護負担を軽減するだけでなく、身体機能や能力面でも課題を残したままの退院になることが想定されたため、リハビリ目的でのデイケアの利用を提案するが、本人はそれは嫌だと言う。家族もお父さんには合わないはず、と。ヘルパーの利用にも消極的で「じゃあ、一体この状態でどうやって家で生活するつもりなんですか!？」と、やんわりと本人と家族に話したが「まあ、どうにかするしかないですよね〜…」と。転倒のリスクも伝えたが「転んだら転んだで仕方ないし、それでどうにかなっても自業自得ですからね〜」と、腹を据えた奥さんは頼もしくもあったが、頼

り難い部分もあった。

「自業自得」と言われると、こちらもどうにも出来なくなることがある。明らかに無理なことは止めるけど、そうでなければ、その可能性があるというだけの場合は「自業自得」と言われるとどうしようもない。90歳のおじいちゃんに50mを7秒台で走りたいと言われたら、それは無理だと言えるけど、90歳のおじいちゃんに5mをなんとか転ばずに歩きたいと言われたら、それは無理だと言い切れない。なんとか歩けたとしても転倒のリスクはなくならないし、リスクを説明した上でそれを行ない、転んだ時は自己判断、自業自得と言うしかない…のだろうか。たぶん、そう。ただ、自己判断、自業自得と言っても良いのは、そこに至る過程で、様々な可能性や選択肢を提示し、互いがある程度の納得をした時しかないように思う。

【仲良し家族の大和さん】

毎年、遠方に住む息子さん家族も集まって家族写真を撮ることが決まりになっている大和さん。自宅で生活を行なうためには車いすが必須になるが、そんなに広くはない家の中にはたくさん物があり、どうにもこうにも車いすで生活をするイメージは湧かなかった。

元看護師の奥さんは、力任せではあるものの自分なりに介助方法を開拓していった。「もうちょっとこうした方が…」ということもあったが、提案する隙も与えられないくらい独特のペースで進んで行っていた。大和さん自身も独特のペースがあり、

会話が成り立たないこともしばしば。長男さんは何とも掴みにくい人で、現状についてわかってくださっているものの、今後の生活については「ぼくら家族でどうにかするんで大丈夫です」と、蚊帳の外に追いやられる感じがしていた。退院間近に登場したのが次男さんだった。彼が一番とっつきにくかった。お父さんのことを話している途中で「ああ～、はいはい、わかりました。気を付けるんで大丈夫です。ありがとうございます」と、まったく聞く耳がない感じ。大和さんのこれからはどうなるんだろうと思うとともに、自分自身に対してもこれからどうするんだろうと思っていた。

結局、大和家は、大和さんが退院する前に業者も雇って家の大掃除をすることに決めた。もう少しリハビリをすれば、もう少し回復が見込めるかともなっていたが「もう迎え入れる準備は出来たから退院します」と、笑顔で退院して行った。

【目が見えない佐々木さん】

佐々木さんは、緑内障があっただんどん見えにくさが強くなっていた。肩が痛いと言始された訪問リハビリでも、その訴えの大半が見えにくさに関する事だった。ヘルパーやデイサービスの増回、施設入所の提案も行なったが、佐々木さんはサービスを増やすことはしたくないと言い、施設に関しても「いずれは入るしかないと思ってるんやけどね～」と、施設入所に対してもまだ先の話といった感じがしていた。結局のところ、今の生活を変えたくないという強い気持ちがあり、ここでの生活を続ける

為に何かを変えるのか、変えられない今を、変わってしまう今を受け入れて生活の場所を変えるのか、何かが変わるのを待つのか、そんな感じがしていた。

コトが動かないと何も動かないことが多々ある。でも、思っていなかった方向にコトが動いて「こんなはずじゃなかった…」と言って欲しくないし、「だから、言ったでしょ？」なんて言葉は言いたくもない。お互い、何かしら納得した上で今を選択できていれば良いと思うし、そうであって欲しいと思っている。だから、一般的に言いにくいとされそうなことを比較的是っきり言うこともあるし、何度も繰り返す言うこともある。「そんなこと言っても、何も変わらないですよ」、「しつこいセラピストが担当でザンネンでしたね」、「今日はリハビリなんてどうでも良いので、とことん話そうと思ってきました」、「いつかが来るのは、もう目の前かもしれないですよ」嫌な奴だと思われても良い、仲良くする為ではなく、セラピストとしてこの人の前にいる、それが私がたどり着いたところなのだ。

目の見えにくさが進行し、自宅での転倒が増えてきた時期に近所にサービス付き高齢者住宅が出来た。それまでに見学した施設に対しては「ご飯が美味しくなかった」と断っていたのに、新設されたそのサ高住は「全国展開してるし、信頼できると思ったから」とご飯の試食も内覧もせずに入居を決めた。他のサービスは使いたくない、今のデイサービスから離れたくない、私はあなたが良いのよと言っていた佐々木さんは、あっさりコトを決めていた。

【なんで救急車呼んだらあかんの？】

高梨さんは、末期がんの方だった。旦那さんとの二人暮らしだが、旦那さんが日中は仕事に行くため、日中独居となっていた。意識ははっきりしているものの、言葉を上手く伝えられなくなっていった。がんに伴う体調の変化はコントロールできるようになっていたが、誤嚥による窒息や肺炎に伴って死が近づく可能性は高い状態だった。

高梨さんは、病院ではなく家で時間を過ごすということになっていた。だから、ヘルパーや訪問入浴、訪問看護、訪問診療、訪問リハビリなどを利用し、家で時間を過ごしていた。昨年末、高梨さんは急に高熱を出し、誤嚥性肺炎と診断されて、病院に緊急搬送された。病院での加療によって体調が安定した高梨さんは、再び自宅に帰ってきた。でも、そこで大きな課題が明らかになった。それは、がん発症初期に病院で高梨さんが「いずれの場合も加療は希望しない」と意思表示をしていたことがわかったところから始まった。そのことについて、我々在宅スタッフは知らされていなかった。そして、高梨さん自身も、娘さんも、そんな意思表示をしたことはない、と。おそらく、旦那さんが彼女と一緒に受診した際に今後に対する説明をされ、彼女自身がそのことを理解できないままに、決定をしたことが予測された。そして、その背景にある大きな問題は、それが彼女の、彼女の家族の総意として、医療者側が認識していたところにある。

今、高梨さんは、自宅で過ごす中で緊急時に救急車を呼ぶ呼ばない問題に困惑している。「えっ、なんで？しんどくなったら、

どうしようもなくなったら、救急車呼ぶしかないでしょ？ん？？？」と。医療者にとって、救急車を呼ぶことがどういう意味を成すのか、そこで立ち止まるべき、考えておくべき点は何なのかは、明らかだ。でも、自分の病状や今後についてよくわかっていない高梨さんにとって、救急車を呼ぶ呼ばない問題に取り組むために必要な情報が足りていなさすぎる。それを伝えた上で、向き合えないといけない人やコトがある。早くしないと、間に合わなくなるかもしれない。今できることを、いつかが来る前に、早く、早く…。

【私からそんなこと…】

高山さんは、圧迫骨折を繰り返していた人だ。昨年末にも自宅で転倒し、圧迫骨折を受傷した。最近、退院してきたのだが、やっぱり一人暮らしの生活には億劫なことがいくつも転がっている。

退院前カンファレンスでは、「いつでも退院できます！これやったら家でも大丈夫ですわ〜」と余裕をかましていた高山さんだったが、実際家に帰ってみると日常のちょっとしたことが憂鬱になってきた。夜からお昼過ぎにかけては、娘さんが居てくれる。食事の準備も家事も全て娘さんがしてくれる。それでも、やはり日常の中にあるちょっとしたことは、意外と多く、積み重なることで思っていた以上に大変になったりもする。そして、その負担を娘さんに負わすことも気がかりだった。

ある日、「最近、配食サービスっちゃうのがあるやろ？あれはどうなんやろか？」、

「ちょっとしたことが億劫でな～、ひとりの人はどうしてはるんやろか？」と言われた。娘さんの負担を少しでも減らしたい、ひとりで過ごす時間をどう過ごすかという内容だった。その翌週、娘さんと話す機会があった。高山さんから配食サービスや介護保険サービスの利用に関する話題が挙がったと話した。そして、娘さん自身は、今の生活をどう思っているのか、これからについてどうしていきたいと思っているのかを聞いた。すると「私からそんなことを言うことは出来ない」と言われた。「おばあちゃんが自分で大丈夫って言うまでは今を続けたいです。私からサービスを提案したり、もう来られないなんて言えません」と。それなら今をずっと続けることになっても良いのかとなると、そうではないと言う。今までの経過を踏まえて、今より良くなる可能性は低いことを伝え、これからどうするのかとなると、「私からそんなこと…」となった。

人はみな、成長、発達すると同時に老いていくものでもある。いつまでも若くはいられないし、どうやっても早く歳を取ることとはできない。でも、「こうありたい」、「こうあって欲しい」という気持ちもある。その希望や願望を否定するつもりはない。ただ、それだけでは今を過ごすことは出来ない。やり過ごすことはできても、それだけでは過ごせない現実がある。それらとどうやって向き合ったり、付き合ったりするのか。そのタイミングは、どこに、いつあるのか、どうやってつくるのか。それが大切で、大事なことなんだと思っている。

冒頭に『今の私が必要だと思うことは「生きる場所をどうやって選ぶのか?」、「どう生活をしたいのか?」ということである。そして、その為に自分に出来ることは、自分が行なうべきことは何なのかを考え、それに取り組んでいるのだと思う。』と書いた。それに通じるエピソードをいくつか挙げてみた。

生活は、生きるための活動だと思っている。もしくは、生活は、生きるという活動と言うこともできるのかもしれない。今の私が必要だと思うことは「目の前にいる人が、どこで、どう生きたいのか?」、「その為に自分はしたら良いのか?何ができるのか?できないのか?」なのだと思う。

あくまで、私は理学療法士だ。でも、専門性を活かして出来ることには限界がある。むしろ、専門性なんか関係なく、求められていることや必要なことの方が多いのかもしれない。専門性の外の方が大切なことはたくさんあるのかもしれないし、それがわからないと専門性の中にあることも十分に発揮されないのかもしれない。専門性が大切ではないなんて言わない。むしろ、専門性があるからこそ、その人の前に、その場にいられるのだから、専門性をないがしろにしてはいけないし、したくない。専門性を持って言わないといけないこともあるし、専門性を隠してそこにいることに意味があることもある。

私が、理学療法士として大切にしていることは「その人の生き場がどこで、その人はそこでどう生きるのか?」なのだと思う。そして、その選択や決定、そこにある葛藤や悶々とした感情、決意や歪み、混沌とした何か、人やモノ、コトや場所との関係性、

その周辺にある広がりや見え隠れするモノやコト、逃げ、余白、捻じれ……そんなことに対して興味深さを感じているのだと思う。それは、自分にとっても大切に、必要なことだと思っている。また、そこにあるなんてことないコトやモノの中に、見落とされがちな大切なことがあり、それに触れられたりすることに関しては、楽しかったり、嬉しかったりもしている。

～ 終わりに ～

まとまりのないマガジンになったが、ここまで書いてみて少し満足気な自分もいる。自分が大切にしたいと思っていることや大切にしていることを出せたような気がしている。明確にできていないし、まだまだ吐き出せていないこともあるのだと思う。それでも、少し満足している。

これが「選ぶということ」の締めになるような気がしているが、まだな気もする。たぶん、まだまだ。

毎回、この終わりにで「次回は…」と書いているが、その通りにいった試しはほとんどない。だから、今回からそれは辞めておこうと思います。次回もその時々に応じて書きたいことを書いてみます。

👣 おくのはそみちのこれまで 👣

第 24 号

新連載決意表明（「執筆者@短信」にて）

第 25 号

リハビリテーションのこと

第 26 号

‘リハビリテーションが行なわれる場’について考える前に

第 27 号

‘リハビリテーションが行なわれる場’について考える前に

二歩目；〇〇〇と私

第 28 号

‘リハビリテーションが行なわれる場’について考える前に

三歩目；‘あなたー私’という

関係 によって変わる ‘場’

第 29 号

選ぶということ

一歩目；私の内にある ‘絶対’

第 30 号

選ぶということ

二歩目；理学療法士として①

第 31 号 在宅医療について