

精神科医の思うこと②②

「亡くなる」という事

松村 奈奈子

先日、久しぶりに親族が亡くなり、小さなお葬式がありました。コロナ禍で長く会えなかった親族に会えて、マスク越しですがなんだかいい時間でした。そして私はいつも、火葬場で故人のお骨を見た時に「ああ、ほんとに亡くなっちゃたんだな」としんみりします。子どもみたいですが「私はどんなふうに亡くなるんだろう」「幸せな亡くなり方ってどんな感じなのか」と骨壺を見ながら、いつもぐるぐる考えてしまいます。

そこで「亡くなる」という事について思うことがあるので、今回のテーマは「亡くなる」という事

実は、医師ではありますが精神科医はほとんど「死に際」に立ち会うことはありません。患者さんが身体の重篤な病気になった時は、当然、身体疾患の治療が優先し精神科医の出番が無くなってしまいます。勤務していた病院にはホスピスも無かったので、末期の癌患者さんを診察しても、「死に際」に呼ばれる事は無かったです。なので、病気や事故など患者さんが亡くなった事は、のちのち家族が外来の窓口まで来てくださって「実は亡くなったんです」と話してくれて初めて知ることがほとんどでした。

そんな「死に際」には立ち会わない状況を、精神科に進むと決めていた医学生の間から想像はしていました。そして、精神科医になったら知らずにいってしまう領域の医療現場を勉強したいという思いがあり、先輩からも「卒業したら勤務している病院以外を見るのは難しい。学生のうちにいろんな病院の実習見学に行くのは勉強になるわよ」と教えてもらったので、医学生の受け入れプログラムのある病院を学生の頃は時間を見つけてはよく行きました。医師になって20数年たちますが、今も「亡くなる」という事の場面を鮮明に覚えているのは、医師になってからではなく、この頃の実習見学の場面の事です。

そのひとつは、30年ほど前の話です。先輩が長野県出身で地域医療に関心があり、誘われて長野の地域医療で有名な佐久総合病院の分院の小さな診療所に、夏休みに1週間程、実習に行きました。大阪出身の私には「病院食の朝ごはんは納豆がでる」という食生活に始まり、初めての事ばかりで勉強させられる毎日でした。訪問診療を熱心にされている病院で、何度か先生に同伴させて頂きました。そんなある時、のどかな田舎の風景の中を車で30分ほどかけて農家のお家に着きました。先生は慣れた感じで勝手に靴を脱いでお家に入っていきます。奥の大きなお座敷にボツンと布団があり、おばあさんが点滴をして寝ています。するとガヤガヤと家族の方が農作業から帰ってきて、もうほとんど意識がないおばあさんを囲んで、主治医の先生と、今年の農作物の話からおばあさんの状態まで和やかに会話を始めます。医学生の私にも、高齢のおばあさんの死期が近いのはわかりましたが、おばあさんの布団の側に座って家族と一緒に麦茶を飲みながら、不思議と和やかな時間を過ごしました。その時の開け放たれた縁側から見えた青い空と、セミの鳴き声が聞こえた風景を今でも鮮明に覚えています。病院での死しか知らなかった私は、みんなが自然に死を受け入れて過ごす穏やかに「亡くなる」という形を初めて経験しました。

次の夏休みは、3次救急をしている日本医科大学の救急部に実習見学に行きました。そこは東京の救急医療の最先端で、自殺企図でパクリ首を切って大出血の患者さん、交通事故で心肺停止や全身火傷の患者さんなど、次々と重症患者さんが救急車で運び込まれる戦場のような世界でした。脳外科や整形外科などに加えて、救急専門の先生がチームで対応されていて、瀕死の患者さんの治療を次々にこなします。しかし、すべての命が救えるわけではなく、「突然の死」の現場にあわてて駆けつけてきた家族に、先生から「突然の死」を告げられる事もあります。その時の驚きや拒絶や落胆のまじった、なんとも言えない家族の表情が、私には忘れられません。特に小さな赤ちゃんが亡くなり、担当医が母親に「突然の死」の経過を説明した時に母親があげた「いやー」という叫び声は、今でも記憶に残っています。実習での私は、最先端の救急治療よりも「突然亡くなった」患者さんの家族の反応が心に残り、家族はちゃんと「突然の死」を受け止めていけるのかしら、という事ばかり気になりました。そんな自分は、家族のケアをする精神科医がっているな、と再確認した体験でした。

その次の夏休みは、ホスピスを淀川キリスト教病院に実習見学させて欲しいと申し込みました。30年程前の当時は、やっと日本でホスピスに保険診療が認められたばかりでした。精神科に進路を決めていた私は、将来の選択のひとつとしてホスピスを勉強したいという思いもありました。病院にはチャペルがあって、朝は毎日ミサに参加してから見学にきてはどうかと勧められ、自分の宗教も意識した事のなかった私は、牧師様の

言葉もよく理解できないまま、なんとなく毎日参加したのを覚えています。ホスピス病棟は、当時はホスピスで有名な柏木哲夫先生が現場で仕切っておられて、回診の時に気軽に「ついてくるかい」といわれて二人で患者さんのベッドサイドを回りました。ある日、入院してすぐの若い女性のお部屋に行った時の事です。末期の癌だと先生は事前に私に説明してくれましたが、女性はまだ混乱して「私の病気は何なんですか？」と先生に詰め寄ります。先生は静かに「悪性の腫瘍です」と答えます。「死ぬんですか？」と泣き叫ぶ女性に「神様のみそばに行くのですよ」「こわくないですよ」と返答されました。医学生の方は息をのんでやり取りを聞いていましたが「これが宗教なのか」と初めて宗教について考えさせられた瞬間でした。柏木先生も女性の患者さんもキリスト教徒で、二人には共通の何かがあり、その存在の大きさに考えるものがありました。もちろん、当時からホスピス入院には宗教を問わないし、今では仏教のホスピスもあります。しかし、私には「亡くなる」という事に関して、もっと勉強しなければならない事がたくさんあるなど考えさせられた瞬間でした。

その後、精神科医になって「突然の死」に混乱する家族を何人か診察しました。多くは、こちらから何かを言うとかではなく、私はじっと聞いているだけで、家族は話しながら落ち着かれています。「聞くだけしかできひんけど・・・」「聞いてもらうだけでいいんです」という会話を何度もしました。

また、癌患者さんの診察で「ちょっと死ぬんはこわいな。どうなるんやろ」と聞かれた事がありました。なんだか自然に「私はキリスト教徒ではないんですけど、学生の頃ホスピスで偉い先生が患者さんに『亡くなる』ということは『神様のみそばに行くんですよ』と言ってはって、何だか納得しちゃったんですよ」と答えました。「受け売り」なんですけど、不思議と患者さんは「ふーん」と納得した様子でした。

学生時代に実習で教えてもらった事を、今でも時々思い出しながら診察を続けています。

でも、今だに「亡くなる」という事は何なのかなあと考え続ける日々です。