

がんになった緩和ケア医が語る「残り2年」の生き方、考え方著者：関本剛（せきもとごう）

1976年兵庫県神戸市生まれ。関西医科大学卒業後、同大学附属病院、六甲病院緩和ケア内科の勤務を経て、母の雅子が立ち上げた在宅ホスピス「関本クリニック」を引継ぎ院長就任。

緩和ケア医として、1000人以上の「看取り」を経験する。

2019年10月、ステージ4の肺がんと診断され、さらにMRI検査では、脳腫瘍が10か所ほど点在しているという状態のなかで、治療に取り組みながら、死の直前まで医師としての仕事を続ける。

【緩和ケア医を目指す原点】

小学5年生のとき、祖父が亡くなった。人口呼吸器を装着して生かされていた。祖父の体が「怖い物体」にしか見えなかった。故人の意に反した最期となってしまった。後に緩和ケアを志す原点となった。

また、緩和ケア医を目指すきっかけ（伏線）として、六甲中学時代講堂で「病院で死ぬということ」映画（1993.市川準監督）で、「ホスピス」や「緩和ケア病棟」という存在を知った。そこには、医師・看護師・患者さんたちが談笑している姿が強く印象に残った。

しかし、一番は母親である。2001年に地域の在宅看取りをサポートする「関本クリニック」を母親（雅子）が立ち上げ、母から相談され、共に取り組むこととなった。

【患者に寄り添うこと】

緩和ケアの現場においては、医師は長い時間患者さんと向き合うことになる。患者さんのつらい思いを受け止める作業は、心療内科の仕事に近い部分がある。患者さんと真に並走する関係になれること。

また、大切にしていることは「初めて患者さんと接する面談」である。そのため入念の準備が必要であり、「最初が肝心」であること。そして、緩和ケア医は、その人のパーソナリティーを大切にしている。患者さんが自分語りをはじめてくれれば、面談は成功したも同然としていること。

そして、在宅ホスピス支援体制は、母と自分と看護師など24時間365日電話連絡に対応する体制をとっている。夜中の電話こそしっかり対応しなければならない考え、患者さんに安心と信頼感でつながっていること。

【がんになって】

2019年10月23日、43歳になる誕生日の前日フェイスブックに投稿した。患者さんにも自分もがんであることを伝えことにより、意思が通じ合うことがあった。実際、気難しい患者さんに自分もがんであることを伝えると、本人も心を開いてくれ、その好意的な反応は私の心をととても軽くしてくれた。

また、自分もがんになって、検査を待つ身になったとき、初めて患者さんの苦悩と絶望の一端を知った。

【どう生きるか】

私は最後まで、自分に力をくれる仕事と向き合っていたいと思っている。

働くということは、対価を得るということができると同時に患者さんが社会的存在であり続ける重要なファクターとなる。人からどう見られるかといった意識を取り払い、自分の本当の気持ちと向き合うことがなにより大切ではなかろうか。

また、10代20代といった若い年齢の患者さんたちと接する場合、今この瞬間に目を向け、その日1日を大切に生きること。生きる意味や将来どうなるかを考えるよりも、今この瞬間を充実して生きる。そのことに集中したほうが、患者さんの心を安定させることができるというわけだ。「無事に1日を過ごす」

【在宅で看取り】

私が目指しているのは、在宅看取りを希望している人たちへの医療提供と結果的に病院志向が強くなった人たちに対する適切な医療場所へのスムーズな移動であり、それが最終的に目指している「患者さんご家族の満足の高さ」であり、「自宅看取り率の高さ」は二の次だ。

【葬儀のあいさつ】

筆者は、2022.4月に亡くなった。45歳の若さである。病が判明してから2年半である。

葬儀では、1年半前に残したビデオメッセージを通してご自分で挨拶をしたのである。

遺族の了承を得てユーチューブの神戸新聞チャンネルに掲載され、話題となっている。