

第1回 方波見 康雄氏 講演要旨

[開催概要]

- テーマ 「人間の生き方としてのホスピスケア～町医者視点から～」
- 講師 方波見 康雄氏 (方波見医院)
- 日時・場所 2021 (令和3) 年11月13日 (土) 14:00～、ZOOMによるオンライン開催
- 聴講者 149名 (オンライン参加130名、会場19名)
- 主催 NPO法人ホスピスのこころ研究所
- 共催 ホスピス財団、日本ホスピス緩和ケア協会、日本死の臨床研究会

[講演要旨]

○ はじめに

- ・死については、若いときには宗教や哲学の本を読んだりしてそれなりに詳しいような顔をしていましたが、95歳になって考える死というものは極めて簡単。自然と向こうからやってくる、いつでも起きるごく当り前のこと。恐れたり覚悟をする必要はない。若いときに考えた難しい死生観は何だったのかとも思う。
- ・私が死について考えるようになったのは身近に患者さんがいたということ。父を継いで奈井江に帰ってきて、往診先で子供の頃からよく知るおばさんが吐血し亡くなっていた。死因は肺結核から脳出血、そしてがんへと。死に方、生き方、医療のあり方が一変した。この間、往診のあり方、予防の問題、生活の問題、地域との関わりというものを考えてきた。町医者として学んだことや実践してきたこと、また他者との関係などについてお話ししたい。

○ 「まるごとの人間」からはじまる

- ・私が奈井江に帰ってくると馴染みの人が世間話がてら声をかけてくれる。そのうちに病気の話になる。町医者の診療には、小さな町に住みついている方、お仕事をされている方、ご家族のある方、顔が違う一人ひとりの人間を「まるごとの人間」として見る、お会いすることが大事だと学んだ。そしてその中から病状を考える。
- ・病気の背景には病気全体を包み込む人間が存在していた。大学病院では経験できない、奥行き深い衝撃的なことだった。

○ 人間存在という大きな文脈の中で「病める人」を捉える

- ・病気というのはある体の状態、病気が先にある訳ではない。一個の人間として考えた場合、先祖代々から続く大きな流れがある。そういう流れの中で病気を診る、とても興味深いこと。そこに町医者の存在意義がある。

○ 病と気

- ・日常生活では気分が血圧に影響する場合がある。血圧が高いことの背景には、気分、精神状態、心理状態、感情というものが絶えず揺れ動いて作用している、内科医であれば当り前のことだが、もう少し掘り下げて考えると血圧と人間の存在につながる面白さというものがある。
- ・病気の気、感情、情緒は、それと人間の存在と結びついたある意味では精神医学に結びつく大きなテーマでもある。「気まま」、「天地有情」、天気が人間の感情を左右するとか、風の状態が気分に影響するとか。あるいは気分のゆらぎ、天気のゆらぎ、音のゆらぎ。量子論でいえばゆらぎがあつて当り前、みんな絶えずゆらいでいる。呼吸も、血圧も、心臓も、脈拍も、内臓も全部ゆらいでいる。細胞も全部ゆらいでいる。

○ 五感を大切にす医療

- ・視覚、嗅覚、触覚、聴覚そして味覚、五感を大切にす医療はとても大事。患者さんを味わうことはできないが、「あの人は人間”味”がある」「あの人の話を聞いて人生の”味わい”を深めることができた」など、話を聞いたり、また経験によって味わい感覚として味覚を感性の中に取り入れることができる。
- ・五感は大脳の体性感覚野でつながっていて、全ては脳の中核に行く。五感を大切にす医療というのは、人間の体性感覚野を大切にす医療につながる。そうしたことを大切にすというのは非常に大事。

〔 講演要旨 〕

○ 老女キリちゃんと石、開放型共同利用、地域で認知症を診る

- ・国保を利用しなかった国保納付者が表彰されていた折、これまでの関わりから通院が必要なはずのキリちゃんが表彰者リストにあり疑問。ご主人の死から家にこもりがちとなっていたことが判明し積極的な関わりをはじめた。その後認知症も進行し、行政も警察も巻き込み医療支援をすることになった。キリちゃんは、施設にはがんとして入らず、大好きな石が飾ってある自宅で亡くなった。
- ・これを機に、かかりつけの患者さんが町立病院に入院した場合は、開業医が病院に出入りして患者さんを診て夜は町立病院の当直医が診るという開放型共同利用という形式ができた。
- ・その後、農閑期の12月から3月にかけて、認知症に関する講演会や映画上映など、ぼけ老人の家庭介護セミナーというものを始め、11年くらい続いた。

○ 他者の痛み

- ・栗のいがを持って痛かった孝介くんという少年、その姿をみて「痛そうね」と感じたママについて書いた孝介くんの詩。孝介くんの手を見て痛そうと感じたママ、ママの顔を見てママの痛みを感じた孝介くん、これから、そうした心の動きについて話す。

○ 「社会脳」

- ・人間の脳には、直接に体の痛みを感じる領域の他に、他人の痛みを受け止め共感する、心の痛みを感じる領域がある。もう一つ、孝介くんがママの表情から痛みを感じたように、他人の表情や仕草を見てその人が持っている辛さや悲しみ、感情や心の動きを察知する働きがある。他人の心の鏡になるような働きでそれを司る神経細胞をミラーニューロンと呼んでいる。私たち医療者は患者さんの表情から心の動きを察知する。ミラーニューロンに磨きをかけるということ。
- ・他人の痛みを共感する働きと、他者の表情などから心を察知する働きの両方を社会脳と呼ぶ。

○ 涙の効果

- ・人はなぜ涙を流すのか。例えば東日本大震災、親戚も知友人もないのに涙が出る。私にとって哲学的な大テーマになった。調べたところ生物科学的な仕組みがある。悲しいときは自分を抑制することはない。涙の中のホルモンが悲しみを緩め、気分を麻薬的に和らげてくれる。この仕組みを持つのは人間だけ。

○ 胎児の姿から

- ・三木成夫の「内臓とこころ」という本を紹介する。受胎後32日目の胎児の顔は古代魚類の様。その後古代両生類、古代は虫類、古代哺乳類の面影を経過し人間様となっていく。
- ・胎児は、お母さんのお腹の中でのんびりしているのではなく毎日カリキュラムが決められているよう。つまり人類以前の歴史を短い間で受講して人間の顔になってくる、受講するだけでなく自分の顔らしい顔になってくる、素晴らしいこと。その持っている未来は何かということを考える必要があると思う。

○ 医院周りのツタと季節の移ろい

- ・人間はどうして涙を流すのか。やはり仲間同士だから、日本人同士だから、同じ人類だから。3.11では仲間の中の他人として涙を流した。もう一つ拵げて考えると、大震災のときだめになったお茶畑を見てその草木の姿に憐れみを感じた。
- ・先ほどの胎児の話のように、は虫類、お魚、さらに遡ると地球上の生命はたった一つの細胞から生まれてきた。さらには、ビッグバン後のニュートリノ、またそれ以前に至る根源的な存在がある。私たちが流す涙というのは、昔かつて仲間だった仲間のために流すのだと思う。そしてその根源はあくまでも他者。ヘーゲルは「他者ありてはじめて己がある。」という。
- ・医院の周りのブロック塀のツタ。四季折々の姿を見せるが、その本当の演出家は葉ではないのではないかと。素晴らしい姿を生み出す根源には枝があり、さらにその根源には根がある。根源とは何かを生み出すもの。ツタが本当の意味で生み出している季節は春に備えている秋。本当の最後の実りは我田引水だが老年期にある、そう考えてもよい。

〔 講演要旨 〕

○ チャペックの詩、ベートーベンのピアノソナタ、バッハのマタイ受難曲

- ・チャペックの詩。「一年の始まりは春ではなく晩秋。秋に木々が枯れるのはうわべの見せかけ。めぐり訪れる春にそなえ、花や葉に彩を生み出し、枝を広げて伸ばす。いのちの力を大地の奥底でじっくりと培い、熟成させていくのが晩秋。いのちの始まりは晩秋なのだ。」そう思う。
- ・私自身高齢期に入り、随分いろいろと考えてきた「死」は、明日すぐに起きる日常的なこと、平凡なこと、ごく簡単なこと。一方で、私くらいの年齢でがんに苦しんでいる人もいる。高齢でがんになって認知症が加わる。それ以外にも災害、戦争でも高齢者の方が亡くなる。私は安閑として「死」はいとも簡単だと言うがそれは間違いかもしれない。そう思わなければ申し訳がない、医療人だからそう思わなければだめだとも思う。そうすると一体人生とは何かと、根源の話になる。いのちの根源、生きていることの根源、存在の根源とは何かと、そういうところに思いが至る。
- ・ベートーベンのピアノソナタ32番には彼のあらゆる思いが込められている。ほんのわずかな音の変化にベートーベンの人生のありとあらゆる苦難の思い、そしてそれを乗り越えた思い、ベートーベンが死を見つめながら最期の思い出を込めた歌だと思う。
- ・バッハのマタイ受難曲もすごい。「たましい」というものがあるとしたら、バッハのマタイ受難曲を聴くとそこに降りてくるものは「たましい」なのかもしれないと思う。人間という存在を超えた、何かわからない大きな存在の働きに触れる、そんな感じがする。素直になって、謙虚になって、その大きな存在をそのまま受入れる、そういう受入れ方の示唆をバッハのマタイ受難曲はしているのだと思う。
- ・私はいろいろ考えると「根源」に結びつくが、そんな時はバッハのマタイ受難曲を思い描いたり、ベートーベンのピアノソナタ32番の第2楽章の最後の音、音色を思い浮かべる。聴診もそうだが、音に耳を傾けることが医療の始まり。患者さんの声、患者さんの表情、仕草、笑い声、鳴き声、髪の毛の乱れ、におい、先ほどお話しした認知症のおばあさんの何ともいえないにおい、それらを音として受け止める、そういう修練を積んでいくことが町医者の仕事だと思っているし、そうした修練を積んでこれたのも町医者のおかげだと思っている。

○ まとめ

- ・最後に死の話をもう一度。死はあくまでも向こう側にあり、こちら側には全くない。死の向こう側からこちらを照らすもの、それについて感性を深める、思索をする、科学的な探求を深める、感覚を深める、そういうことは、自分が死を迎えるにあたって一番大切なことだと思う。
- ・死の側から照らす光、それは一体何か。光を感じ取る感性、それを大切にする、感じ取るように努める、それを探索する。ひょっとしたらそれは、町医者としての私の、あるいは人間として最後の大事な仕事かなと思っている。これは、今晚死んだのではできない、だから今晚は死なないようにしなければいけない(笑)。