

看取りを希望されるご家族へ

やすらかな 看取りのために



社会福祉法人鳥取県厚生事業団

特別養護老人ホーム

**湯梨浜はごろも苑**

— 目 次 —

1 安らかな看取りのために	.....	P 1
2 看取りとは	.....	P 2
3 看取りの診断はどのような状態になった時？	.....	P 2
4 旅立ちが近づいている時の状態	.....	P 3
5 よくあるご質問 Q&A	.....	P 4
6 ご利用者への関わりについて	.....	P 6
7 ご家族にできること	.....	P 7
8 その他について	.....	P 8
9 おわりに	.....	P 8

## 1 安らかな看取りのために

人生最期の時を施設で迎えられるか、病院で迎えられるか…答えのない問いに悩んだ末に施設で看取りを希望される方も多いと思います。家族や、大切な人たちの「死」や「人生最期」の時の過ごし方について看取りを検討される際はぜひこちらをご参照ください。

何かのご縁で当施設をご利用いただき、「人生最期のとき」をご利用者はじめ、ご家族が安心して施設でのお看取りができますよう、ご本人が旅立たれるときの症状の変化や、施設での看取り介護の現状を綴ったパンフレットです。

施設での看取りを希望された際でも、ご家族のご協力がその方にとってより安らかな最期となりますので、旅立ちに至るまでに見られる身体の変化をあらかじめ知り、理解しておくことが大切になってきます。その変化は全ての方に見られるわけでも、また、必ずしも順序通りに起こるわけでもありません。大切なのは、これから説明する変化が旅立ちに至るまでの自然な経過であるということです。



## 2 看取りとは

最期の時(死)が確実に近く、治療をしても回復しないと医師により診断され看取り期となります。

亡くなるまでの期間についてはさまざまに非常に速い経過をたどる場合とゆっくりと数か月、数年と経過をたどって亡くなる場合があります。

## 3 看取りの診断はどのような状態になった時？

### 認知症

- ・ 認知症が進み、食べることや飲むことが難しくなった時

### 慢性疾患

- ・ 脳梗塞、脳出血、腎不全、心不全等の疾患がゆっくり或いは急に悪くなった時

### 急病

- ・ 何らかの原因で急に状態が悪くなり、食べること、飲むことができなくなった時

### 老衰

- ・ 年齢的に身体機能が低下して、食べること、飲むことができなくなった時

### 末期が近づいた時、どんな症状？



## 4 旅立ちが近づいている時の状態

- ① 目を閉じて眠っている時間が多くなり、話しかけても起きないことが増えます。  
→ 体力が低下し、起きていることができなくなります。
- ② 食欲が低下し、食べたり飲んだりする量が減り、時にはまったく食べられなくなります。  
→ ご本人が食べたいと希望されるものを召し上がっていただきます。  
(無理に食べていただくことはいたしません)
- ③ 時には穏やかでなくなり、意味不明な言動や大声を上げる状態となることがあります。  
→ そばに付き添い、穏やかに優しく語りかけたり、見守ります。  
ご本人やご家族の希望があれば、好きな音楽を流すことも可能です。
- ④ 唇や皮膚が乾燥します。唾液や痰が溜まり呼吸の際にゴロゴロという音が聞かれます。  
また、尿量が減少し、時には全く出ないこともあります。  
→ 水分量が少ないため、脱水の状態です。痰が絡んで苦しそうな時は吸引します。  
口の中が乾燥したら、濡らしたガーゼや綿棒等で口の中を湿らせたり、ゼリー等で水分補給に努めます。
- ⑤ 手足が冷たくなり、白～紫色になってきます。  
そして身体の下になっている皮膚は暗紫色になることもあります。  
→ 血液の流れが悪くなっています。定期的な体位変換の他、手足の冷たさが気になるときは、毛布等で調整させていただきます。
- ⑥ 呼吸は変化しやすく、不規則になります。  
→ 呼吸がしばらく止まったり、あごを持ち上げるような呼吸はお別れが近づいているサインです。会わせたい方がいらっしゃいましたら連絡を取ってください。
- ⑦ 呼びかけに反応がなくなります。  
→ 耳の機能は最期まで保たれていると言われていています。ご家族の声掛けはご本人に聞こえています。思い出や感謝の言葉をかけてください。
- ⑧ お看取り後に着る服のご準備をお願いします。  
→ 嘱託医が死亡診断書を発行します。当施設の職員がエンゼルケアをさせていただきます。ご本人もしくはご家族が着せたいと思った洋服(着物)に着替えさせていただきます。

## 5 よくあるご質問 Q&A

Q 休まっている時に苦しさを感じるのか？

A たいていは、痛みやつらさが和らいだ穏やかな状態で自然に眠っている時間が長くなっていきます。



Q ゴロゴロすると息が詰まってしまうのでは？

A そのようなことが起こらないようご本人の呼吸の様子や分泌物の状態を観察します。そして、体の向きを変えたりして呼吸が分泌物によって妨げられないようにしていきます。



Q ゴロゴロは苦しいんじゃないの？

A ・深く眠っている場合は、私たちが思うほど強く苦しさは感じていません。

・表情などからつらいかどうかを判断できます。ご家族が見ていてつらそうであれば一緒に確認しますのでスタッフへお伝えください。

**Q 吸引では楽にならないの？**

- A 一時的に分泌物を取り除いても、同じ状態になることが多いです。また、吸引する事で苦痛になることもあります。  
他の方法として、体の向きや位置を工夫します。



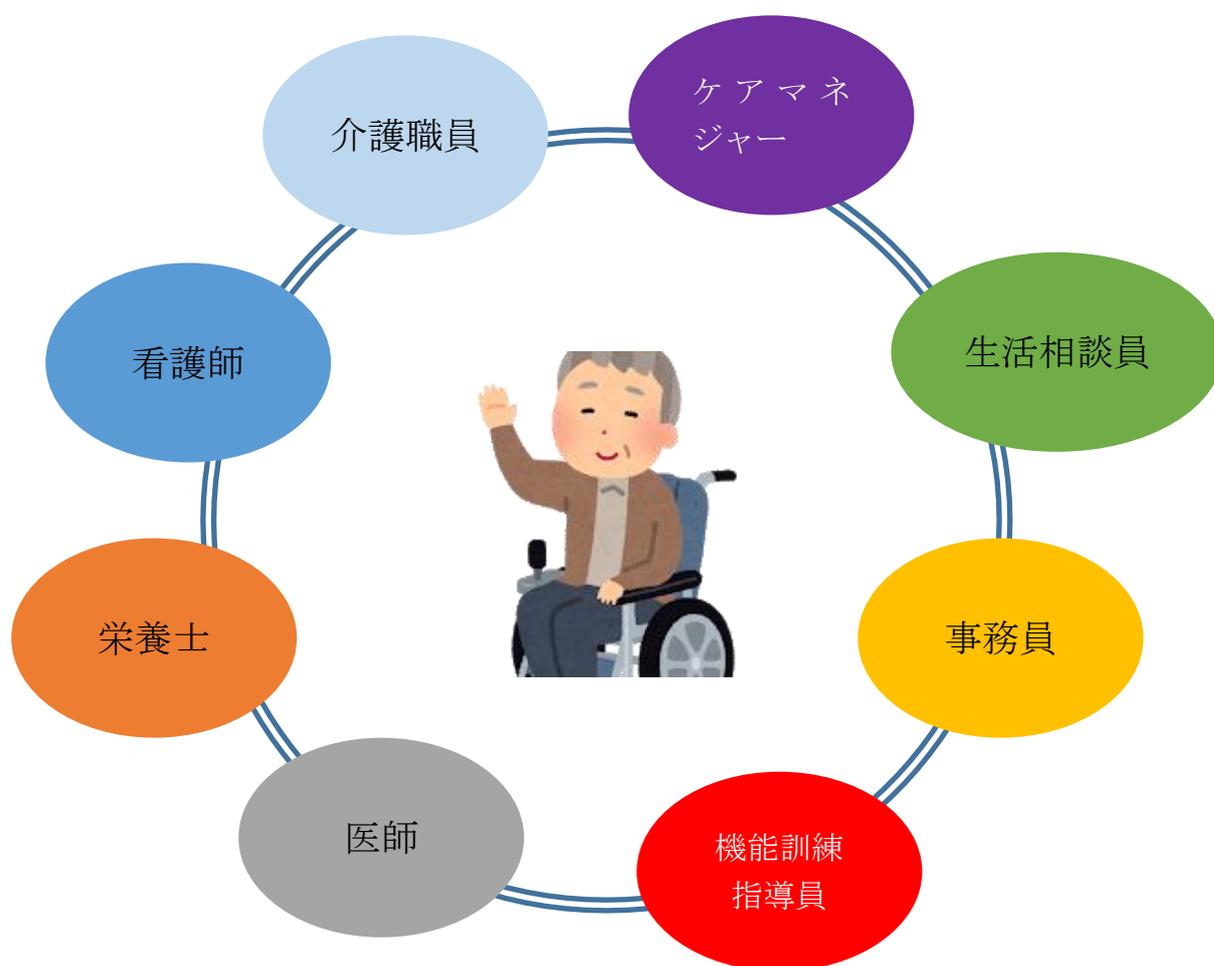
**Q 点滴はしなくてよいのですか？**

- A
- ・脱水傾向にあることが苦痛の原因になることは殆どありません。むしろ、ご本人にとってやや水分が少ない状態の方が苦痛を和らげることが多いです。
  - ・点滴をすることでお腹や胸に水がたまるなどの副作用が出る場合があります。
  - ・点滴などで水分や栄養を入れたとしてもうまく吸収できないので、からだの回復にはつながりません。ご本人に点滴の針を刺す痛みを与えるだけになります。



## 6 ご利用者への関わりについて

当苑では、すべての職種のスタッフがご利用者のみなさまと関わりを持っています。それぞれの専門性を活かし、ご利用者が最後までその人らしく暮らせるよう、介護をいたします。



## 7 ご家族にできること

### (お部屋で過ごすとき)

ご本人の好きな音楽やラジオをつけ、話しかけて下さい。  
お部屋は本人とご家族のくつろぐ場です。  
また、お花が好きな方であればお部屋に花を飾られてもいいでしょう。  
眠られていても、ご家族から話をしてください。  
目を閉じられ話されなくても耳は聞こえています。  
沢山話かけて下さい。表情で反応が分かると思います。



ご本人の身体に触れて話しかける事も良いと思います。ご家族との時間がとても嬉しい時です。  
マッサージを行うとむくみも軽減されます。口が渴いていたら綿棒などを使い口の中を湿らせてあげてください。  
口臭予防、感染予防にもなります。

### (食べるとき)

ご本人が好きな食べ物を食べさせてあげてください。  
施設の食事を必ず食べなければいけない訳ではありません。  
ご家族が持ってこられたもので構いません。  
持ってこられた際はスタッフへ伝えてください。  
場合によっては食べられない時があります。  
食べる事によって身体に負担がかかるからです。  
食べさせることが不安な時はスタッフに伝えてください。  
ご家族の前で介助をいたします。



例えば・・・甘い物であるこの場合はペースト状にします。果物でリンゴの場合はコンポート等食べやすいように工夫します。栄養士や看護師と相談しながらご本人の状態に合わせて提供します。

## 8 その他について

エンゼルケアの際には、ご家族が用意された衣服を着ていただけます。

## 9 おわりに

看取りを迎えられるご家族は、不安や心配なこと、分からないことがお有りだと思います。

人生最後の時間をここで過ごしになられるご本人やご家族のご意向を全て叶えることは難しいかもしれませんが、出来る限りのご要望に添えるよう、精一杯サポートさせていただきます。

当苑が「終の棲家」としての役割を果たせるよう努めてまいります。



入居者名 \_\_\_\_\_ 様 生年月日 \_\_\_\_\_ 年齢 \_\_\_\_\_ 歳

## 食べること・飲むこと

最期のひと口になるかもしれないのなら何を食べることが本人にとって幸せなのか・・・  
普段は饅頭や羊羹などの和菓子を好まれていたのでいつでも食べたい時に食べられるようにしておく  
⇒家族に協力してもらい面会時に持参してもらう  
冷たい飲み物は好まれずに温かいお茶と玄米が好きなのでお茶ゼリー・ポカリゼリーを中止し玄米茶は家族に持参してもらい飲まれるときにその都度入れる。

## おきること・トイレに行くこと

今どのような状況なのか考えて・・・  
日向ぼっこが好きで日があたる 11 時頃になると訓練室の椅子で過ごされていたので 11 時前後にリクライニングに離床してもらい訓練室にて 10 分ほど過ごしてもらう  
⇒訓練室のスタッフの協力も得る  
以前はポータブルにて排泄されていたが尿意・便意の訴えもなく負担になるためオムツ使用する。  
しかし、本人よりポータブルトイレにての排泄希望があれば介助・付き添いし苦痛にならない程度で行う

## お風呂にはいること

お風呂を気持ちよいと本人が思えるのか・・・  
お風呂が好きだったので負担にならず楽に入浴出来るようにリフト浴に変更する。  
本人の好む入浴剤（バラの香り）を使用する。  
呼吸がきつそうな時もあるのでその日の状態で入浴が負担になる時は清拭を行う。  
入浴出来ない時には足浴・手浴・洗髪を行う。  
一度に施行すると身体がきついたので 2 日分に分けて施行する。（入浴日と翌日に施行）

## 〇〇様らしく過ごすこと

その人が今の状態でどう過ごしたいか考えて・・・  
部屋で過ごされる時間が長くなったため、家族（嫁や息子、孫）の話をよくされていたのでいつでも見えるところに写真を貼る。  
⇒家族に以前の写真・思い出の写真を持ってきってもらう  
歌番組が好きでよく歌謡曲を口ずさまれていたので午後の 2 時前後に聴いてもらう  
⇒CD やカセットがあれば家族に持参してもらう、なければ姿勢で持っている人がいないか呼びかける

看取り期になると状態変化に合わせてシートを作りケアの方針を確認し、ご家族へ説明致します。