

「食べること」をどう続けたいですか？

～摂食嚥下障害とACP（人生会議）～

年齢や病気の影響で食べ物を飲み込むことが少しずつ難しくなることがあります。水やお茶でむせやすくなったり、食事に時間がかかるようになるのも、そのサインのひとつです。こうした状態を「摂食嚥下障害」といいます。

私は、摂食嚥下障害にかかわる看護師として、多くの方の食事の場面に立ち会ってきました。その中で、安全を最優先に考えた結果、「口から食べない」という選択がされることもあります。その時私は、「この選択は、本当にこの人が望んだ生き方だったのだろうか」と、答えに悩む場面も少なくありません。

摂食嚥下障害が進行すると、「どこまで口から食べるか」「口から食べられなくなったらどうするか」という場面に直面します。点滴や胃ろうなどの医療的な支援を選ぶことも、命を守る大切な選択です。一方で、「最期まで口から食べたかった」という思いが、本人の中にあっただのではないかと感じることもあります。

安全を優先する判断とその人らしさを大切にしたい思い、その間で揺れることは、支える側にとっても大きなジレンマです。だからこそ大切になるのが、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）です。日本では「人生会議」と呼ばれる考え方です。

人生会議とは、もしもの時に備えて、自分が何を大切にして生きたいか、どんな支援を受けながら過ごしたいかを元気なうちから家族や周囲の人と話し合っておくことです。摂食嚥下障害に関しては、危険があっても口から食べたいか、口から食べられなくなった場合にどんな支援を望むか、何を一番大切にしたいかといった思いを言葉にすることが大切です。

考えは途中で変わっても構いません。ただその人の思いを知っているかどうかで、選択の意味は大きく変わります。

「食べること」は、栄養をとるだけでなくその人の人生や価値観が表れる行為です。これからを安心して迎えるために、「自分はどうかありたいか」を、一度ゆっくり話す時間を持ってみてください。

【摂食・嚥下障害看護認定看護師 伊藤 さやか】

