

令和7年（2025年）春号

阿伎留通信

公立阿伎留医療センターは、医の心を重んじ、患者の生命と健康と生活の質を考える良質の医療を実践し、地域医療の最適化に努力します。

— 「私の考える緩和ケア」 —

はじめまして。私は2024年11月より緩和ケア科部長として赴任いたしました、沖陽輔と申します。専門は「緩和ケア」です。ご存じの方もいらっしゃるかと思いますが、今から25年位前から近隣のホスピスケアを立ち上げ、20年程緩和ケアを行って参りました。病棟医でもありましたが、緩和ケア外来や訪問診療も行って、とても充実し、（不謹慎かもしれませんが）楽しい時間を過ごさせて頂きました。そして今度は、大変ありがたいことに2024年11月より公立阿伎留医療センターの緩和ケアに携わることが出来大変うれしい事となりました。

よく緩和ケアはもう治療もできなくなって「最期の場」、「もう死を待つだけの場」という誤解がまだあります。私はとても悔しいです。悔しいのでどんどん動いていきます。「緩和ケア」は進行癌の方が様々な苦痛症状をまずは十分緩和し、当然身体的ケアをして、また精神的なケアについてもしっかりケアしていきます。そして、患者さんが苦を抱えながらも残された貴重な時をいかに本人らしく生きて頂くかということが緩和ケアの大切なことだと思っています。

多目的ホール



人は誰もが人との関わりの中で生きているので、誰もが何らかの苦を抱えながら生きています。人生は苦ばかりではありますが自分の好きなことに熱中したり、家族団らんの時にはきっと多くの方があまり苦を感じず、楽しいひと時だと思います。それがそのまま緩和ケアの考え方にも繋がります。治療がなく緩和ケアを選ばれたとしても、症状緩和が目的ではなく症状が楽になった時に病苦を抱えながらも、その方が残された貴重な日々をご本人がやりたいことを

御家族やスタッフと一緒にその日々を生きていくということが緩和ケアの役割だと思います。患者さん（あまりそう呼びたくはないのですが）やスタッフも皆人間であり、皆それぞれです。世の中には色々な人がいます。そういうケアを受けた方、自分を生きている方はやはり笑顔に溢れています。そんなケアをするために私は赴任いたしました。症状緩和は当然で、その後の生き方を一緒に歩いていくことがとても重要です。しかし、こちらの思いが上手く伝わらず悔しい思いをする日々も多いです。帰宅しても、あの人には明日何の話をしようかと症状緩和ではないことをよく考えます。私もまだまだ色々な方と出会って、修行が必要だと思っています。そこで近隣のとある病院のホスピス（病棟、外来、訪問診療）を立ち上げたことを思い出し、今当院に緩和ケアセンターを作ろうと思っています。それが本当の私が当院に赴任してきた目的だと思います。病床（30～40床）、緩和ケア外来、訪問診療など様々な形で秋川流域の方々が苦しい症状や、不安になった時、いつでも緊急も全て対応し、秋川流域の方々が病苦で苦しい時には、気楽に来ていただく緩和ケアセンターを作ります。

目的は「公立阿伎留医療センターの緩和ケアセンターがあるから安心して暮らせる」という安心感を秋川流域の方々に持っていただき、一人一人の人生が輝くようにお役に立ちたい、絶対に実現していくんだと思っています。困難にぶつかってへこむことも多々あるでしょうが、へこんでもまた立ち上がり、一步一步進んで参ります。また、この度とてもうれしいことに、当院に最新の放射線治療装置が導入されました。私はもともと放射線治療医・oncologist（がん治療専門医）でした。がん等による様々な苦痛症状は放射線照射で緩和されることが多く、緩和的放射線照射といい、良好な緩和ができます。欧米では頻繁に行われていますが、日本ではまだまだ十分に知られていないのが現状です。私は放射線により痛みが十分緩和できれば、内服や点滴での医療用麻薬の必要性がなくなる方も多く見て参りました。放射線治療医と協働し、啓蒙・啓発し、秋川流域の方々に、当院の放射線治療装置が多くの幸せをもたらすよう、頑張っ参ります。

私の人生の一部として山岳登攀や山スキーがあります。センターを作ってもスタッフ側が忙しく、疲弊しては良いケアは出来ません。スタッフも患者さんもハッピーでないと長続きはしませんので、一緒に歩いていく同士をたくさん集めることが重要です。今からスタッフ集めは始めて参ります。一緒に歩いていきたい、同士として働きたいという方は気軽に私に声をかけてください。

私は雑草のようなドクターです。不器用でもあります。山岳活動（山岳登攀、山スキー、花の山のトレッキング、沢登りなど）で気持ちがとても **high** になり、山からエネルギーを頂きます。公立阿伎留医療センターにも登山部を作って職員の方々と親睦を深め、楽しい山登りを安全に行っていきたいとも思っています。仕事も山も両方とも全力で立ち向かっていきたいと思っています。「そんなことできないだろ」と思っている方も多いと思いますが、3年後を見て下さい！！



（3階東 緩和ケア病棟 テラス）

私の故郷(長野県飯田市)の小学校の先生、林芋村先生の短歌があります。

「深雪せる野路に小さき沓の跡 われこそ先に行かましものを」という生き方をしていきたいものです。

阿伎留通信については、公立阿伎留医療センターのホームページで御覧になることができます。(https://www.akiru-med.jp/outpatient/akirunews)

「私の考える緩和ケア」は、緩和ケア科部長 沖が担当いたしました。
公立阿伎留医療センター 患者サービス改善委員会 発刊