

# 向き合う



お薬手帳を活用すれば、患者が段階的に医療へ参画し、自分の「健康な生活観」を医療者と共有できる。私自身はお薬手帳ではなく、自ら用意したノートに人生に関する様々な事項を記録し、健康手帳、いや人生手帳として活用している。そして、その中に、薬に関する情報を盛り込んでいる。

このように患者や市民には、自らの体を客観的にとらえ、さらには自己の人生を判断、決断できる必要があり、そのための教育が求められている。

## 患医ねっと代表 鈴木 信行さん ③

昨今、「人生会議」という言葉が出てきているが、まさにこれである。人生会議は高齢者のものではない。幼少期から考え、自己の意見を表出し、自分の人生を自分で考え、それを行動変容していく必要がある。

そこで、あなた自身を考えてほしい。自身の人生を家族にしっかりと示しているだろうか。逆に家族の一人ひとりが希望している人生の在り方を把握しているだろうか。

これは、単に医療という側面だけを捉えるものではない。「健康」というのは、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも満たされる必要があると世界保健機関（WHO）は定義している。

がん患者である私は、自らの人生のあり方を文書にまとめ、家族と医療者へ提示している。もちろん、状況により自分の考えや意見は変化するので、節目ごとに見直す必要がある。

## 「しない」より「したい」大切に

延命治療をしないなどのように「何をしない」では目指す方向性が見えない。たとえば「最期まで食べることを大切にしたい」というように「何をしたい」が大切である。

この教育活動は、医療者や教員でなくてもできる。家庭の中、職場、地域など、あらゆるコミュニティで考える場があればよい。

私は、地域活動として「ペイシエントサロン」という活動に取り組んでいる。地域の立場の異なる方が集まり、毎回テーマを決めて、対等な立場で対話することによって、参加者にとって大切に思う人生観が見いだされてくる。

もっと、普段の生活の中で、お互いに自分の人生観、そして健康な生活観を、当たり前に表示し、可視化できる社会を私は希望する。それが、理想の医療環境のベースになると私は考えている。