

健康へのメッセージ

リビング・ウイル

「リビング・ウイル」とは「生者の意志」の意味です。アメリカで発達した概念ですが現在では世界的な考えとなっています。これは個人が医師に末期状態の時の治療について文書で指示する権利とされます。一種の遺言書でもあります。

1976年に米国で「カリフォルニア自然死法」が制定されました。「成人が末期状態になった時に、生命維持装置を中止するか取り外すかを、まだ意志判断能力があるときに医師に対して指示する書面を作製する権利をカリフォルニア州民に認める」というものです。自然死とは末期状態の際に生命維持装置などの使用による医療介入をしないで、自分らしい尊厳ある死を迎えることであり、尊厳死と同義語として使われます。

最近の医学の進歩にはめざましいものがあります。悪性腫瘍に対する手術法の改良、麻酔の進歩により安全に外科手術が可能となっています。白血球など以前はすぐに死に至る病気で考えられていたが、抗がん剤の投与と骨髄移植などの方法で完全に治癒する例も増加しています。高血圧、糖尿病などの生活習慣病に対する治療法の進歩により、人間の生存期間が伸びてきました。しかし、いかに医療が発達しても限界があります。発見が遅れた悪性腫瘍では治療効果がみられず、疼痛のみが激しくなる例が多数見られています。また、人間として避けて通れない「加齢による老化」があります。生存のために最低限の必要なものは、血液の中の酸素レベルを維持するための呼吸と、生体活動を維持するための栄養の摂取です。高齢になるとこれらの呼吸や栄養に関する身体能力の低下が見られてきます。



東陽病院院長
伊藤 文憲

徐々に老化は進行しますが肺炎、脳梗塞などにより全身状態が悪化すると入院加療が必要となります。急性期の病変が治療により改善すれば

以前の状態に回復しますが、病気が長くなり、点滴や酸素吸入などが必要な場合があります。現在の医療では、本人の意向と反して、濃厚な医療を行うことが可能です。自力の呼吸の不良な時には人工呼吸器の使用、経口摂取の出来ない時には直接栄養チューブを胃の中に入れて強制的な栄養をする事も可能です。自然死や尊厳死の考えと相反します。意識障害を伴う慢性疾患では、自分の終末期の延命治療を、自ら決定することができません。このような状態に陥る前に自分の最後の医療に

関して自己の意見を書面に書いておくことは重要です。自分の最後に関して自己の意見を主張することが「リビング・ウイル」です。みなさんも元気な時にお考えください。家族の間で話し合うことが一番良いことではないでしょうか。当然ですが「リビング・ウイル」は何度でも書き換えられます。

① さけるチーズは半分に切り、細かくさく。きゅうりは板ずりをして塩を洗い流し、輪切りにする。玉ねぎは薄切りにして5分ほど水にさらし、水気をきる。大葉はせん切りにして水にさらし、水気を絞る。トマトは4等分にする。

② ボウルにAの材料を入れてよく混ぜ、冷やしておく。

③ 別のボウルにトマト以外

※チーズの苦手な方にも食べやすい一品で、かに風かまぼこを加えるとさらに彩りがよくなります。

食生活改善推進員
稗田 光枝（尾垂六区）

◆救急当番日

4日(日)・25日(日)
午前8時30分～
午後5時15分

◆問い合わせ

☎ 841335

☆ 玉ねぎとさけるチーズのサラダ ☆

材料：(4人分)

さけるチーズ	1本 (30g)
きゅうり	1本
玉ねぎ	中1個
大葉	6枚
ミニトマト	4個
砂糖	小さじ2
塩	小さじ1/6
A 酢	小さじ2
しょうゆ	小さじ1
ごま油	小さじ2

※ 1人分エネルギー77kcal
塩分 0.7g



- ① さけるチーズは半分に切り、細かくさく。きゅうりは板ずりをして塩を洗い流し、輪切りにする。玉ねぎは薄切りにして5分ほど水にさらし、水気をきる。大葉はせん切りにして水にさらし、水気を絞る。トマトは4等分にする。
- ② ボウルにAの材料を入れてよく混ぜ、冷やしておく。
- ③ 別のボウルにトマト以外