

平均寿命と平均余命

リハビリテーション科部長 関 展寿

厚生労働省の報告によると平成28年の日本人の「平均寿命」は男女とも香港に次ぎ世界第2位で男性80.98歳、女性87.14歳と過去最高を更新しました。喜ばしい一方これをみて、例えば現在80歳の男性は「そろそろお迎えが来るのかな」、80歳の女性は「あと7年かしら」と思ってしまいかもかもしれませんが、それは誤解です。

もう一つの指標に「平均余命」があります。「平均余命」とは“ある年齢の人がその後何年生きられるかという期待値”です。同年の報告では80歳の平均余命は男性8.92年・女性11.82年で、80歳の男性は88歳まで女性は91歳まで生きると期待できるということになります。平成28年の「平均寿命」は“0歳児（平成28年に生まれた赤ちゃん）の平均余命”のことで、この数値が増減しても現在の大人の生命予後には関係ありません。今生きている人に関係するのは平均余命のほうです（興味がある方は厚生労働省のホームページに掲載されているので御覧下さい）。

そう考えると本人も家族も仕事・貯蓄・介護・医療など、今後の人生設計は「平均余命」で考える必要があります。例えば「変形性関節症（軟骨がすり減る）」「腰部脊柱管狭窄症（神経の通り道が狭くなる）」「白内障（目のレンズが曇る）」など加齢に伴う病気は、薬や注射では根治できず手術が必要になることがあります。この時に「もう80歳だから、あと何年でもないし」と消極的に考えられる患者さんがいらっしゃいますが、余命は前述の通り男性で8年、女性で11年の期待値があり、悪いほうに考えるとそのあいだ関節痛や足の痺れ・視力低下などに悩まされるということになってしまいます。

現在は80歳を過ぎても心肺機能が保たれていれば比較的安全に麻酔・手術ができるよう医学が進歩しています。もちろん手術に同意されず緩和治療を希望される患者さんに対しても、一人ひとりにベストの治療を提供できるよう努めています。「一寸先は闇」ではありますが、自分や家族の人生は「平均余命」で考え、人生を太く長いものにして頂きたいものです。