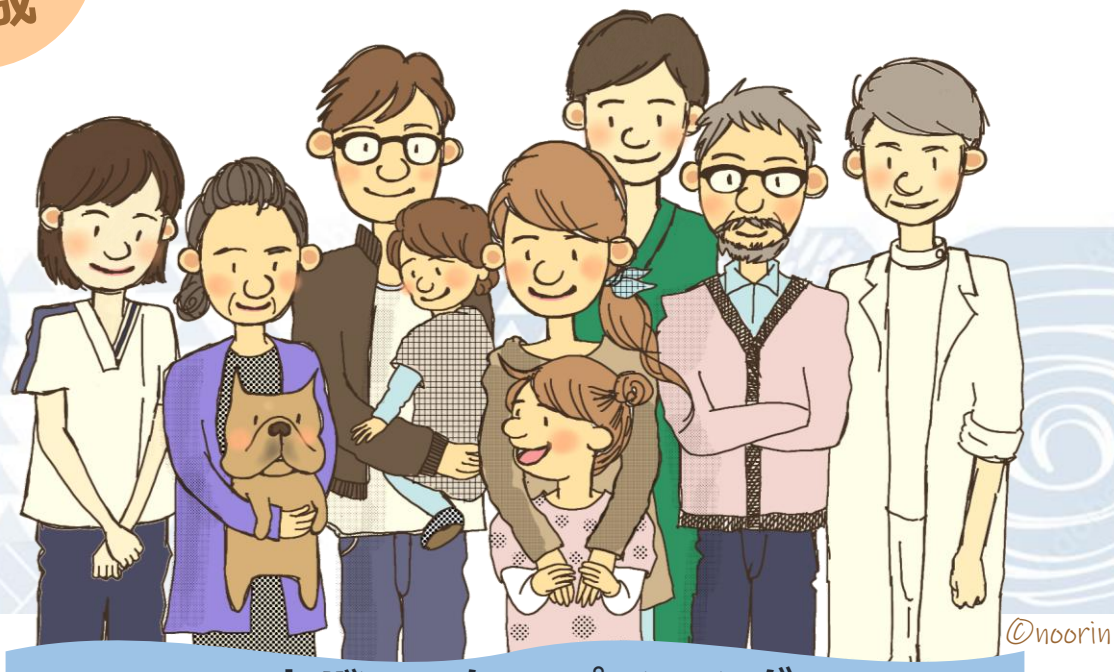
大切な人とみんなで話し合う
人生会議

近大
奈良病院
作成

パンフレット活用についての説明文書



アドバンス・ケア・プランニング
Advance Care Planning

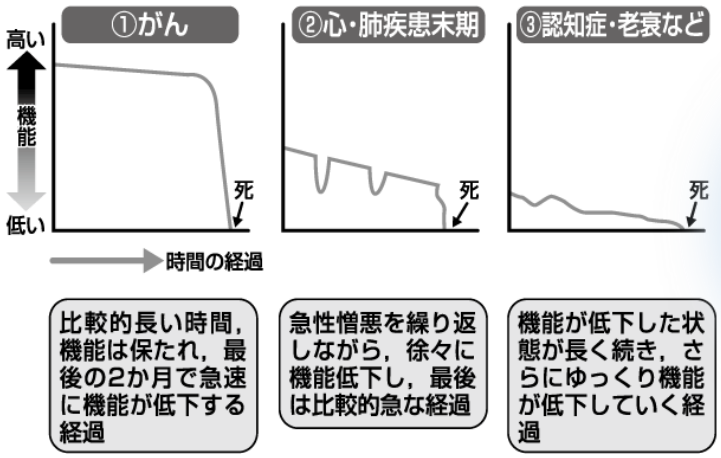
人は誰でも、命にかかわるような病気やケガをすることがあります。そのときになってからでは、約70%の人がこれからの治療やケアなどについて自分で決めたり、人に伝えたりできないと言われています。

いざというときに、自分がどのような医療を受け、どこで過ごしたいのか。まえもって自分自身で考え、周囲の信頼する人たちと話し合っておく**「人生会議」をくり返す**ことが大切です。

この説明文書は「人生会議のまろく」のパンフレットを手に取り、話し合い記載をしていくときに使用します。一度にすべてを考えて、決めてしまう必要はありません。また、気持ちが変わることはよくあることです。いつでも追加、修正、変更ができます。病状や症状が変化したとき、考えが変わったとき、誕生日など定期的に考えを整理しなおし、信頼できるまわりの人たちと話し合いましょう。

近畿大学奈良病院　ACP委員会

まずは、　「人生会議のきろく」を始める前に・・・



「病の軌跡」：コービン（Corbin, J.F.）とストラウス（Strauss, A.L.）ら

左の図は病気の種類によって、時間の経過にともなう病状変化の現れ方、身体機能の維持の変化の特徴が示されています。今後起こりうる経過を予測することができ、今後のことを考え、方向性を定めていくのにも活用できます。

では、「人生会議のきろく」への記載をはじめましょう

STEPごとに説明をしますが、かならずしもSTEP順に書かなくてはならないということはありません。書きやすいところから書き、書きたくないところは書かないことも自由です。相談をする、という話し合いの過程をくり返すことが重要です。

STEP1　「わたしが大切にしていること」を考えてみましょう。

あなたの健康状態を理解されていますか。また、あなたが生活で大切にしたいことや、「もしものとき」の希望などを書き留めておくことは、あなたの気持ちの整理はもちろん、将来ご家族などがあなたの気持ちを考えて判断するのに役立つでしょう。

STEP2　「わたしの思いを前もって話し、いざというときに代弁してほしい人、わたしの思いを託せる人」が誰か考えてみましょう。

予期しない出来事や突然の病気、認知症などによって、あなたの希望を伝えられなくなること、選択する能力がなくなることもあります。

誰があなた自身の価値観や考え方を大切にして、それに沿った話し合いをしてくれるかを考えてみてください。1人である必要はありません。例えば、●●と〇〇で話し合って決めてほしい、というように複数人になることもあるでしょう。

STEP3 「わたしの身体の状態についてかかりつけ医・主治医に聞いてみたいこと」はありますか。

これからの治療やケアについて考えるためには、あなたの病状を知っている必要があります。あなたは、あなたの病名や病状、これから予測される経過などについて相談していますか。病気でない方や知りたくない方はこのSTEPを省略してください。

STEP4 「わたしが受けたい医療やケア」について話し合いましょう。

あなたがどのような医療やケアを受けたいと考えているのか、延命治療にはどのような処置があるのか、それを望むのか望まないのか、どのような場所で療養したいか、などを話し合い共有しましょう。

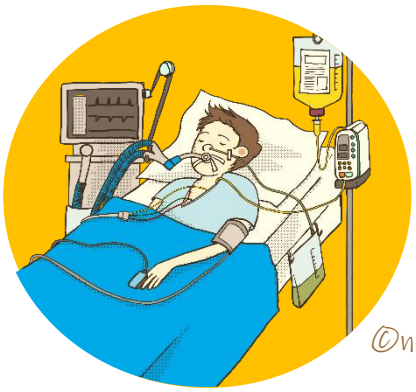
心臓がとまったときに

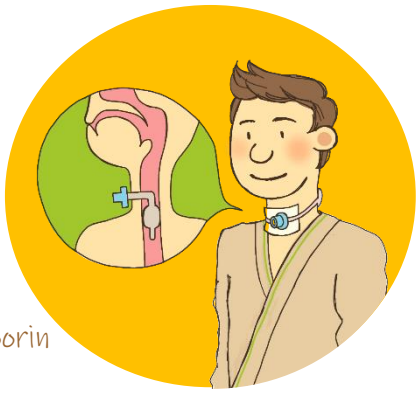
心臓マッサージ（胸骨圧迫）
動かない心臓に代わって、全身の臓器に血液を送り込み、臓器が酸素不足で働かなくなってしまうのを防ぐ重要な救命方法です。肋骨が折れることもあります。

自分で呼吸ができなくなってきたときに

人工呼吸器
呼吸が弱いときに気管にチューブを入れて機械につなぎ、呼吸の補助や代行をします。

気管切開
喉に孔をあけて、気管にチューブを入れます。肺に空気を送ったり、痰を吸引しやすくするためにおこなわれます。話せなくなることがあります。



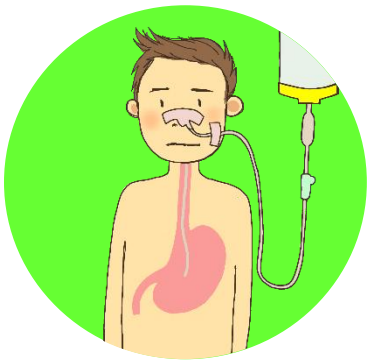


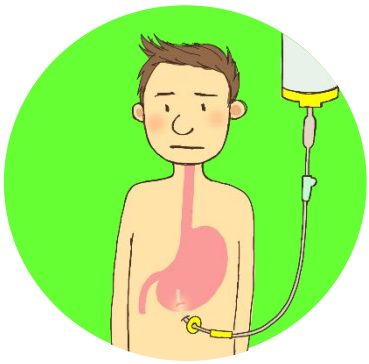
口から食べられなくなったときに

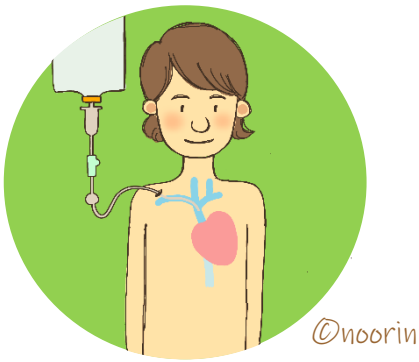
経鼻栄養
鼻からチューブを入れて胃に直接栄養剤を入れます。

胃ろう
お腹に小さい穴を開け、チューブを入れて胃に直接栄養剤を入れます。

中心静脈栄養
心臓近くの大きな血管にチューブを入れて点滴で栄養を入れます。


経鼻栄養


胃ろう



中心静脈栄養

STEP5 「ここまで考えたわたしの思い」を伝えます。

ここまで考えたあなたの考えを記載し、かかりつけ医や主治医に伝えておきましょう。あなたの考えが伝えられなくなったときにどのようにしてほしいか希望を書き留めておくとあなたの思いが尊重されやすくなり、周囲の人が判断しやすくなります。

繰り返し話し合い、追加・修正ができます。

一度にすべてを考えて、決めてしまう必要はありません。また、気持ちが変わることはよくあることです。いつでも追加、修正、変更ができます。病状や症状が変化したとき、考えが変わったとき、誕生日など定期的に考えを整理しなおし、信頼できるまわりの人たちと話し合いましょう。

「大切な人とみんなで話し合う人生会議」のパンフレットは、近畿大学奈良病院のホームページからダウンロードできます（PDF）

■URLから

URL : https://www.med.kindai.ac.jp/nara/about/acp.html

■QRコードから

近畿大学奈良病院　ACP委員会

令和4年10月発行