

アドバンス・ケア・プランニング

Advance Care Planning (ACP)



松江市立病院では、その人の意向に添った生活ができるように単なる医療処置の選択だけではなく、人生設計も含めた話し合いのプロセスとして ACP に取り組んでいます。

自分らしく過ごすために

「アドバンス・ケア・プランニング」とは？

人はそれぞれの人生観や思いに基づいて将来のことを考えています。医療についても同じように、これから受ける治療やケアにおいてあなたの希望や思いが反映されることが大切です。そのためには家族や医療者と話し合っ、「私の心づもり」として文書に残すことが必要です。その手順をアドバンス・ケア・プランニング（Advance Care Planning：ACP）と呼びます。



いつから始めればいいのか？

今から始めましょう。あなたの判断能力に影響するような災害に直面したり、重い病気にかかる前に話し合うことが重要です。そして将来あなたの代わりに意思決定をしてもらいたい人を決めておきましょう。あなたが受けるかもしれない医療について、あなたがどう考えているかを知ってもらうことは、あなたの代わりに意思決定をしなければならない人にとって、混乱や迷いを起こさなくてすむ可能性があります。

あなたの希望を家族や医師に伝えていますか？

ある日、突然自動車事故で重傷を負いました。病院の集中治療室に収容され、意識はありません。**家族や医師はこうした場合の治療方針や今後の対応についてあなたの希望を知っていますか。**

認知症のために自分で意思決定する能力がなくなってきた場合を想像してください。あなたは介護施設で暮らしています。自分で食事をとることもできず、自分や家族のこともわからなくなっています。**家族や医師は、今後の生活や受けるかもしれない治療についてあなたの希望を知っていますか？**



1 あなたの希望や思いについて考えましょう

あなたの生活で大切にしたいことや、あなたの人生の目標・希望や思いについて考えてみましょう。今のあなたの考え方を示しておくことは、ご家族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。

■あなたの人生の目標・希望や思いは何でしょうか？



2 あなたの病気について相談し、一緒に考えましょう

あなたの病気が将来どうなるか、今後どういう治療ができるのか、それらの治療でどういったことが期待できるのかを知るために、かかりつけ医などの医療者に相談しましょう。

例えば、私の希望は・・・

- どのような状態でも一日でも長く生きることです。
- 病気を治す治療は受け入れますが、その効果がなかったり、生活の質が保たれなかったりする場合には、自然な死を迎える方向に切り替えたいと思います。
- 延命につながるだけの蘇生術や集中治療などの処置は避けたいと思っています。



3 あなたの代わりに意思決定をしてくれる人を選びましょう

予期しない出来事や突然の病気、また認知症などになり、治療やケアを選択する能力がなくなっていくこともあるでしょう。あなた自身で意思決定できなくなった時に、あなたに代わって意思を伝えてくれる人（代理人）を選んでおくことが大切です。家族でも親しい友人でも構いませんが、信頼できる人をお願いし、あなたの希望や思いをしっかり伝えておきましょう。

■あなたの周囲の人たちに、代理人を紹介しましょう。



4 医療や生活に関するあなたの希望や思いについて伝えましょう

③までであなたが考えた「私の心づもり」を代理人と医療者に伝えましょう。当院では、医師やがん専門看護師・緩和ケア認定看護師、がん相談員が中心にあなたの希望や思いを聴き、そして時間をかけて話し合います。しっかりと話し合うことで、あなたの「心づもり」がより具体的に現実的なものになり、互いの理解も深まることでしょう。



5 あなたの考えを文章にしましょう

話し合ったことを記録として残します。「私の心づもり」には話し合った人や日時を記入する所があります。自由記載欄に希望や思いを書くのもよいでしょう。

今のあなたの希望や思いは時間とともに変化したり、身体の状態により変わってくることがあります。その都度「私の心づもり」を見直して、変えてもらって構いません。どう気持ちが変わったかも話し合うことが大切です。



🌻 「私の心づもり」に記入してみましょう 🌻

一発行一

松江市立病院

〒690-8509 松江市乃白町 32 番地 1

TEL:0852-60-8000 FAX:0852-60-8005

ホームページ <http://www.matsue-cityhospital.jp/>