

これからの治療・ケアに関する話し合い アドバンス・ケア・プランニング（人生会議）

万が一のときに備えて、あなたの大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自分自身で考えたり、あなたの信頼する人たちと話し合ったりすることを「アドバンス・ケア・プランニングーこれからの治療やケアに関する話し合い（愛称：人生会議）」といいます。

これらの話し合いは、もしもの時にあなたの信頼する人があなたの代わりに治療やケアについて難しい決断をする場合に重要な助けとなります。あなたにはこのような前もっての話し合いは必要ないかもしれません。でも話し合いをしておけば、万が一あなたが自分の気持ちを話せなくなった時には、心の声を伝えることができるかけがえのないものになり、ご家族やご友人の心の負担は軽くなるでしょう。

分類

	想定している代表的な対象者	話し合いの内容（例）
<input type="checkbox"/> 一般的なACP	<ul style="list-style-type: none">● 成人である一般市民● 意思決定能力がある● 健康、もしくは持病があっても安定している	<ul style="list-style-type: none">● 代理決定者は誰か● 価値観やいのちに対する考え方● 危篤の状態となり回復の見込みが乏しい状態になった場合にどのような治療やケアを望むか
<input type="checkbox"/> 病気や病状に応じたACP	<ul style="list-style-type: none">● 成人で意思決定能力がある● 慢性疾患があり入院を繰り返しているなど持病の病状が進行してきている● 人生の最終段階を自分のこととして考えることができる	<ul style="list-style-type: none">● 代理決定者は誰か● 価値観やいのちに対する考え方● 危篤の状態となり回復の見込みが乏しい状態になった場合にどのような治療やケアを望むか● 病気や病状のこれからの見通し● 治療やケアの選択肢● 治療・ケアを受ける場所● 本人の希望する治療やケア、受けたくない治療やケア
<input type="checkbox"/> 死が近づいた時のACP	<ul style="list-style-type: none">● 成人で意思決定能力がある、もしくはその代理決定者（家族など）● 持病の進行で死が近づいていると考えられる（1年以内になくることが十分考えられる）	<ul style="list-style-type: none">● 代理決定者は誰か● 死が近づいたときに希望する治療やケア● 死が近づいたときに希望する療養場所● 心肺蘇生に関する希望● POLST

神戸大学ウェブページ資料を参照一部修正して作成

https://www.med.kobe-u.ac.jp/jinsei/acp_kobe-u/acp_kobe-u/index.html

ステップ1:大切にしていることは何かを考える

1. もし生きることができる時間が限られているとしたら、あなたにとって大切なことはどんな ことですか？ 以下の中から選んでみて下さい。(複数回答可)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 家族や友人のそばにいること | <input type="checkbox"/> 好きなことができること |
| <input type="checkbox"/> 仕事や社会的な役割が続けられること | <input type="checkbox"/> ひとりの時間が保てること |
| <input type="checkbox"/> 身の周りのことが自分でできること | <input type="checkbox"/> 自分が経済的に困らないこと |
| <input type="checkbox"/> できる限りの治療が受けられること | <input type="checkbox"/> 家族が経済的に困らないこと |
| <input type="checkbox"/> 家族の負担にならないこと | <input type="checkbox"/> 痛みや苦しみが無いこと |
| <input type="checkbox"/> 少しでも長く生きること | <input type="checkbox"/> その他(具体的に書いて下さい) |

その理由を考えて書いておきましょう。

2. あなたご自身や親しい方が危篤になった経験や、親しい方を亡くしたご経験、またはテレビや映画の場面を通じてお感じになったことについて、お伺いします。

- 「こんな最期だったらいいな、こんな治療やケアを受けたいな」と感じたことはどんなことですか？
- 「こんな最期は嫌だな、こんな治療やケアは嫌だな」と感じたことはどんなことですか？
- 今後もしあなたが同じような状況(重体や危篤)になったらどのような治療やケアを受けたいですか？

3. あなたが、このような状態になったら、「生き続けることは大変かもしれない」と感じるとすれば、どのような状況になった時でしょうか？

以下にあげた例を参考にご自由にお書き下さい。例を選んでよいです。

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 「重体や危篤になって目が覚めず、周りに自分の気持ちや考えを伝えられない」 | <input type="checkbox"/> 「身の回りのことが自分でできない」 |
| <input type="checkbox"/> 「体の自由がきかない」 | <input type="checkbox"/> 「自分で排泄することができない」 |
| <input type="checkbox"/> 「自分で食べたり飲んだりすることができない」 | <input type="checkbox"/> 「食べたり飲んだりすることができない」 |
| <input type="checkbox"/> 「機械の助けがないと生きられない」(例:人工呼吸器) | |
| <input type="checkbox"/> 「治すことができないつらい痛みが続く」 | |

4. もしもあなたが、前の質問で考えていただいたような「生き続けることは大変かもしれない」と感じる状態になったらどのように過ごしたいと思いますか？ 以下の中から選んでみて下さい。

- ① 必要な治療やケアを受けてできるだけ長く生きたい
- ② ①よりは命が短くなる可能性はあるが、今以上の治療やケアは受けたくない
- ③ わからない

なぜそう考えたか、その理由を具体的に書いておきましょう。

ステップ2: 信頼できる人は誰か考えてみましょう

- あなたが信頼していて、いざという時にあなたの代わりとして受ける治療やケアについて話し合っほしい人はどなたですか？
 - あなた自身の事をよく理解してくれているあなたが信頼できる家族や友人で、病状などによりあなたが考えや気持ちを伝えられなくなった時に、あなたの代わりに「どのような治療やケアを受けるか」「どこで治療やケアを受けるか」などについて相談し話し合う人のこと
 - 法的な権利などではなく、財産分与などにはかかりません
例: 配偶者(夫、妻) 子ども きょうだい 親戚(姪・甥など) 友人 親 医療・介護従事者
 - あなたの価値観や考え方を大切に、それに沿った話し合いをあなたの代わりにしてくれるかを慎重に考えて下さい。
1. もしも、あなたが病状などにより、自分が考えや気持ちを伝えられなくなった時や、決められなくなった時に、あなたの代わりに治療やケアについて話し合う信頼できる家族や友人の方はどなたになりますか？
具体的なお名前と間柄を記入してください。(複数でも可能)
もしあてはまる人がいないときは、「頼める人がいない」とお書き下さい。

なぜその方をお願いしたいのでしょうか？理由をお書き下さい。

2. あなたがご自身の代わりに受ける治療やケアについての話し合いに参加してほしいと思っていることを、ご本人に直接伝えてありますか？あてはまる方を選んでください。

伝えている

伝えていない

まだ伝えていないのであれば、理由も含めて書いておきましょう。

ステップ 3: 主治医に質問してみましょう

①病名や病状、予想される今後の経過

②必要な治療やケアについて

(現在病氣療養中ではない方はこの項目は省略して下さい)

1. あなたはご自身の病名・病状を知っていますか

これからの治療やケアについて考えるためには病状を知っている必要があります。あなたはご自分の病名や病状、これからの予測される経過や、受けるであろう具体的な治療やケアなどについて医師から説明を受けましたか？

はい いいえ

医師からの説明を受けていない場合、または、更に知っておきたいと思う情報があれば以下に書いておきましょう。そして、次の機会に医療・介護従事者に尋ねてみましょう。

患者は主治医から、治療やケアについて以下のようなことを聞くことができます。

- 治療やケアの方法、利益(メリット)、不利益(デメリット、リスク)
- 他の治療やケアの方法、利益、不利益
- 治療やケアによってあなたの生活にどんな影響があるか
- 病気の予想される経過
- 治ることが難しい場合、その理由や予想される余命

2. あなたは、病気の予想される経過や、余命(あとどれくらい生きられると予測されるか)を知りたいですか？以下の選択肢からひとつ選んでみて下さい。

- 知りたい
- 知りたくない
- わからない
- その他(具体的にお書き下さい)

上記のように考えた理由を書いてみましょう。

ステップ 4: 話し合しましょう

「治癒が不可能な病気」になり、回復が難しい状態になった時のことを考えてみます

もし、あなたが、治癒が不可能な病気（進行がん、慢性心不全など）にかかり、その後、病状の悪化などにより、十分に考えたり、周囲の人に自分の考えを伝えられなくなった場合にどのような治療や ケアを受けたいか、そして受けたくないかについて信頼できる家族や友人とともに考えていきます。また治療やケアを受ける場所についてもあわせて考えていきます。

1. 病状の悪化などにより、自分の考えを伝えられなくなった場合に、どのような治療を望みますか？ あなたの考えはどれに近いですか？ 以下の 3 つから選んでみて下さい。そして、選んだ理由を考えましょう。
 - 延命を最も重視した治療：
心肺蘇生、気管挿管、人工呼吸器の使用や、集中治療室での治療など、心身に大きなつらさや負担を伴う処置を受けても、できる限り長く生きることを重視した治療を受ける。（その中で生じる苦痛な症状については、同時にできる限りの症状緩和のための治療やケアを受ける）
 - 延命効果を伴った基本的、一般的な内科治療：
集中治療室への入院や心肺蘇生、気管挿管、人工呼吸器の使用などの、心身に大きなつらさや負担を伴う処置までは希望しないが、その上で少しでも長く生きるための治療を受ける。（その中で生じる苦痛については、同時にできる限りの症状緩和のための治療や ケアを受ける）
 - 快適さを重視した治療：
治療による延命効果を期待するよりも、できる限り苦痛の緩和や快適な暮らし（自分らしい生活）を大切にしたい治療を受ける。（苦痛な症状については、できる限りの症状緩和のための治療やケアを受ける）

上記の選択肢を選んだ理由を書きおきましょう。

2. 病状の悪化などにより、自分の考えを伝えられなくなった場合にしてほしい治療やケア、そして、これだけはしてほしくないという治療やケアにはどのようなものがありますか？具体的に考えてみましょう。

痛みやつらさを伴う治療	<input type="checkbox"/> 受けたい	<input type="checkbox"/> 受けたくない	<input type="checkbox"/> 決めれない
入浴や清拭など清潔の保持	<input type="checkbox"/> 受けたい	<input type="checkbox"/> 受けたくない	<input type="checkbox"/> 決めれない
好きな音楽を流す	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ	<input type="checkbox"/> 何とも言えない
家族と一緒にいたい	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ	<input type="checkbox"/> 何とも言えない
家族に負担をかけたくない	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ	<input type="checkbox"/> 何とも言えない
喉に管を入れた人工呼吸	<input type="checkbox"/> 受けたい	<input type="checkbox"/> 受けたくない	<input type="checkbox"/> 決めれない
鼻や胃に管を入れた経管栄養	<input type="checkbox"/> 受けたい	<input type="checkbox"/> 受けたくない	<input type="checkbox"/> 決めれない
太い血管への高カロリー点滴	<input type="checkbox"/> 受けたい	<input type="checkbox"/> 受けたくない	<input type="checkbox"/> 決めれない
血液透析や腹膜透析	<input type="checkbox"/> 受けたい	<input type="checkbox"/> 受けたくない	<input type="checkbox"/> 決めれない
予期せぬ心肺停止時の心肺蘇生術	<input type="checkbox"/> 受けたい	<input type="checkbox"/> 受けたくない	<input type="checkbox"/> 決めれない

その他の医療やケア

➤ 実施してほしい治療やケアについて、そう考えた理由を書いておきましょう。

➤ 実施してほしくない治療やケアについて、そう考えた理由を書いておきましょう。

3. 病状の悪化等により、自分の考えが伝えられなくなった場合に、どこで治療やケアを受けたいですか？以下から選んでみて下さい。

病院

自宅

施設

それ以外(具体的な場所:)

上記の場所を選んだ理由を書いておきましょう。

ステップ5: 伝えましょう

話し合いの内容を医療・介護従事者に伝えておきましょう

今まで色々考えてきましたが、もしもの時に、あなたの信頼できる家族や友人にどれくらい任せるかについても考えておくといいでしょう。特に、あなたが望んでいる治療やケアと医療・介護従事者(医師や看護師など)の考える、あなたにとって一番良いと思われる治療やケアの内容が食い違った時はとても判断に迷います。

1. 病状が悪化し、自分の考えが伝えられなくなった時に、あなたが望んでいたこととあなたの信頼できる家族や友人の考えが違う時はどうしてほしいですか？

私が望んでいたとおりにしてほしい

私が望んでいたことを基本として、医療・介護従事者と信頼できる家族や友人で相談して決めてほしい

私が望んでいたことと違って、医療・介護従事者と信頼できる家族や友人で相談して決めてよい

どちらともいえない(具体的にお書き下さい)

あなたの希望がより尊重されやすくなるように、信頼できる家族や友人だけでなく、その他の家族や知人、医療・介護従事者にもあなたの希望や考えを伝えておきましょう。「気持ちが変わること」はよくあることです。医療・介護従事者(医師や看護師など)に希望を伝えた後でも、いつでも内容を訂正することはできます。病状や症状が変化したときなど定期的に考えを整理しなおし、必要に応じて主治医や家族と話しておきましょう。