

【保存版】

これからの治療・ケアに関する話し合い
『あなたにとって大切なことはなんですか？』

東大和病院 人生会議 ACP パンフレット



こちらのパンフレットは「人生会議 ACP アンケート」を
記入する前にお読みください

2024年11月作成
東大和病院 ACP チーム

はじめに

東大和病院では、厚生労働省の「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン」等の内容を踏まえ、患者さまが将来判断能力を失った際に行われる医療行為等に対する意向を前もって示す、「人生会議 ACPアンケート」を活用して、患者さまにとっての最善を導き出すための話し合いの取り組み（ACP:アドバンス・ケア・プランニング）を推進しています。

ACP（人生会議）を実践するにあたり、私たちは単に医療やケアを決めることを目的とせず、多職種の見点を尊重し、お互いに得た皆さまの想いを共有した上で意思決定支援に関わっていくことが必要と考えております。

当院では、皆さまがご家族などとACPに取り組むことができるように「自分で始められる」ACPパンフレットを作成しました。
ご参考にしていただければ幸いです。

院長 野地 智

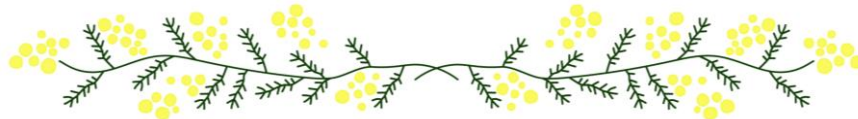
目次

- はじめに・・・P2
- 人生会議 ACP とは・・・P4
- これからの治療やケアについて話し合うことが
大切な理由・・・P4
- どんなことを考えたらいい?・・・P5
- 「人生会議 ACP アンケート」のすすめ方・・・P6
 - ステップ1:あなたにとって大切なことを考えてみましょう・・・P6
 - ステップ2:信頼できる人は誰かを考えてみましょう・・・P7
 - ステップ3:主治医に質問してみましょう・・・P8
 - ステップ4:信頼できる人と話し合みましょう・・・P9
 - ステップ5:信頼できる人に伝えましょう・・・P11
- さいごに・・・P11



人生会議（ACP:アドバンス・ケア・プランニング）とは

将来あなたが希望する医療やケアを受けるために、これまでに大切にしてきたことや、これから誰とどのように過ごしたいか、希望する医療や介護のことなどについて、ご家族やあなたの信頼できる人、医療・介護関係者とともにもあらかじめ考え、繰り返し話し合うプロセスのことをいいます



あなたは「もしものこと」を考えたことがありますか？

これからの治療やケアについて話し合うことが大切な理由

- 人はみな、いつでも、命に関わるような大きな病気やケガをして、命の危険が迫った状態になる可能性があります
- 命の危険が迫った状態になると、約70%の方が、これからの治療やケアなどについて自分で決めたり、人に伝えたりすることができなくなるといわれています
- 治療やケアに関するあなたの考えを、家族やあなたの信頼できる人、医療・介護関係者と話し合っておくと、もしものときに、あなたの希望に沿った治療やケアを受けられる可能性が高いといわれています

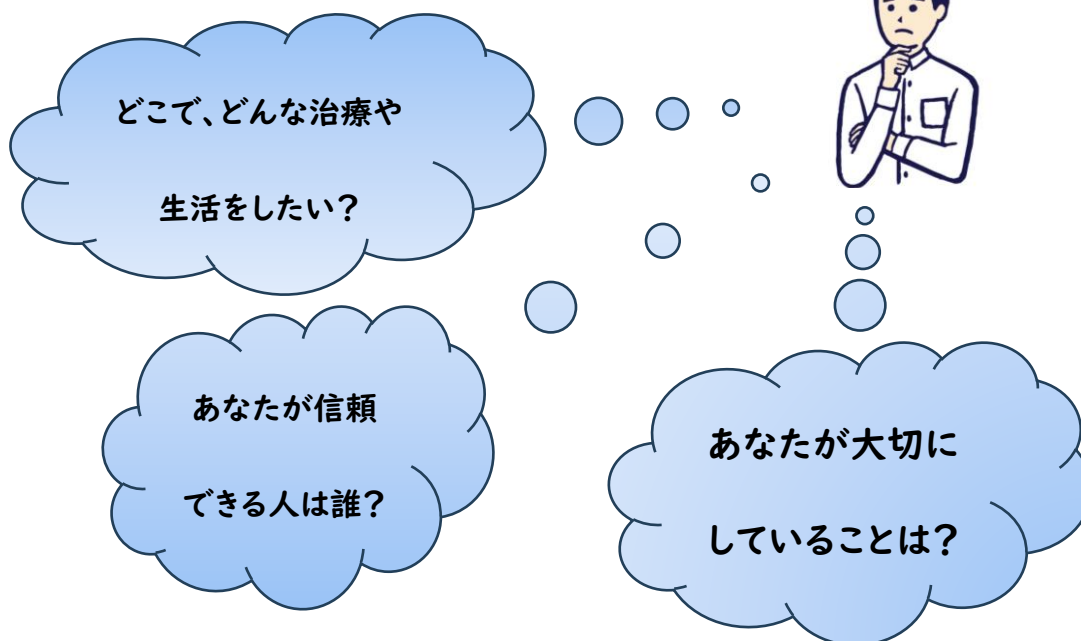
あなたはこのような前もっての話し合いは必要ないと思うかもしれませんが

でも、話し合いをしておくことで、万が一あなたが自分の気持ちを話せなくなった時に、あなたに代わって決定するご家族やあなたの信頼できる人の心の負担は軽くなるでしょう

このパンフレットは、これからの治療やケアに関する話し合いを始めるための足がかりとなるものです

事前に話し合うことにより、もしものときに
望んだ治療、ケアを受けられる可能性が高くなります

どんなことを考えたらいい？



どこで過ごし、誰に託し、どのように生きたいか、一緒に話し合しましょう

「人生会議 ACP アンケート」のすすめ方

- 「人生会議 ACP アンケート」は、心に余裕がある時に、じっくり考える時間をもち、正直なあなたの気持ちを書いてみましょう
- 記入している間に、気持ちが辛くなってしまうことがあるかもしれません。その際は途中で止めることも可能です。また、全てに答える必要はありません。答えたくない、答えられない質問は飛ばしてください
- 誰かと一緒に記入したい場合は、その気持ちを医療従事者へお伝えください
- 書いたものは、定期的に見直しましょう。また、考えが変わるような出来事があったときは、いつでも書き直してみましょう
- 本人以外の方がアンケートへ記入する際は、本人の思いとより近い項目を選んでください

STEP 1 あなたにとって大切なことを考えてみましょう

あなたの人生の目標や希望について考えてみましょう。これからの生活で何を大切にしたいか考え、あなた自身にとって最も重要なことを明確にしていきましょう。



STEP 2

信頼できる人は誰かを考えてみましょう

あなたが信頼していて、いざという時にあなたの代わりに、あなたの治療やケアについて話し合っしてほしい人は誰ですか？

誰かがあなた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あなたの代わりにしてくれるかを慎重に考えてください。それは、きょうだいかもしれませんし、成人したあなたのお子さんかもしれませんし、信頼できる友人のこともあります。1人である必要はありません。例えば、妻と長女で話し合っ決めてほしい、などのように、複数の人となることもあるでしょう。

※ 法的な権利はなく、財産分与などにはかかりません

以下のような人が考えられます

配偶者（夫、妻）、パートナー、子ども、きょうだい、親戚（姪・甥など）、友人、親、
医療・介護従事者

なぜ決めておく必要があるのでしょうか

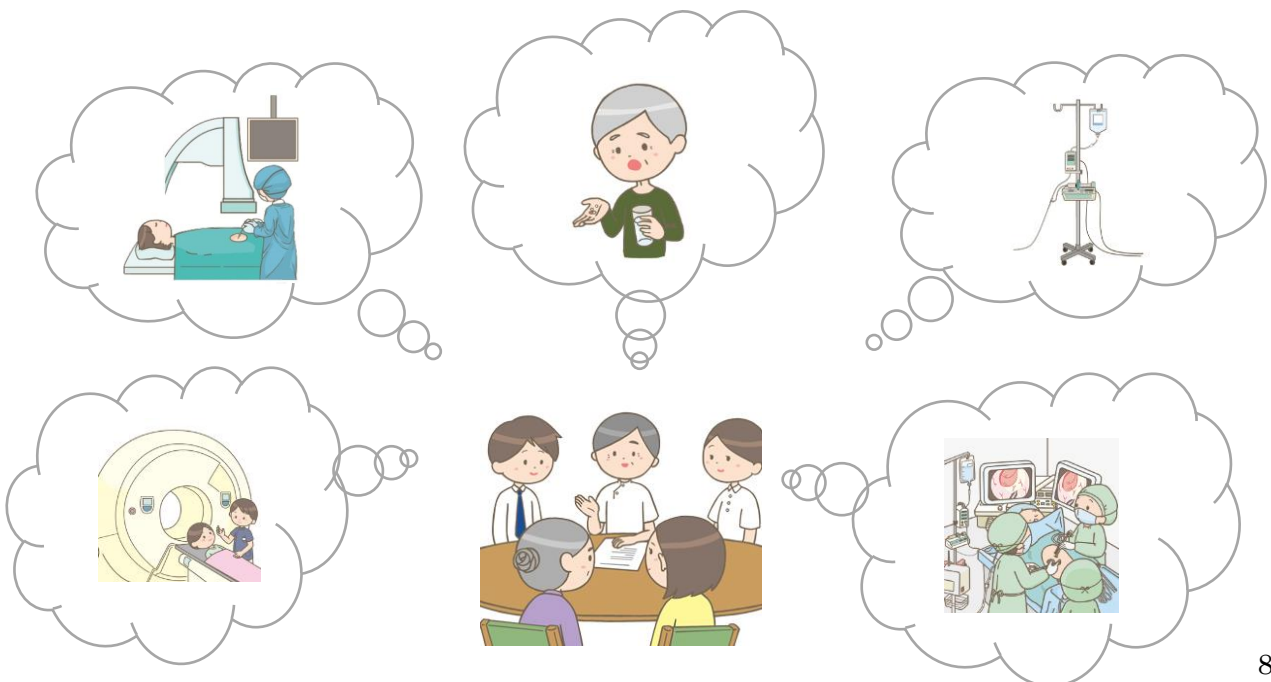
- あなたの価値観や人生観を周囲の人と共有しましょう
- 決めていない場合は、家族などがあなたの考えを想像して不確かなまま決めざるを得ない状況となります

STEP 3

主治医に質問してみましよう

病名や病状、予想される今後の経過、必要な治療やケアについてなど、主治医へ質問してみましよう

- 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
- 一般的に、治療やケアについて、以下のようなことを主治医から聞くことができます
 - ・治療やケアの利益や不利益
 - ・他の治療やケアの方法
 - ・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
 - ・予想される病状の経過
 - ・完治が望めない場合、その理由や予想される余命



STEP 4

信頼できる人と話し合しましょう

もしあなたが、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」「受けたくないか」について、ステップ2で決めた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

治療やケアについてイメージがつかない場合は医療従事者に相談してみましょう

<治療やケアの具体例>



<気管内挿管と人工呼吸管理>

メリット：

自分で呼吸ができなくなった場合でも、人工呼吸器を使って確実に呼吸を助けることができます。

緊急時や手術中に安全に酸素を体に送るための手段として有効です。

デメリット：

チューブが喉から気管の中に入るため、不快感があります。そのため、ほとんどの場合、鎮静薬（眠る薬）が併用されます。

長期間使用すると喉や声帯に傷がつく可能性があります。

挿管中は話すことができません。



<人工透析>

メリット：

腎臓の働きが低下した場合、体にたまった老廃物や余分な水分を取り除くことができます。

定期的に行えば、生活を続けることが可能です。

デメリット：

大きな血管用のカテーテルを使う必要があります（長期的には手術をして自分の血管で透析できるようにします）。病院に定期的に通う必要があり、時間的な負担が大きいです。

透析をしている際に、血圧が下がったり、疲労感を感じる場合があります。

また、合併症が起こる場合があります（感染症など）。



<経鼻栄養>



<胃ろう・腸ろう>

経管栄養は、口から食事を摂ることが難しい場合に、鼻やお腹のチューブを通して栄養や水分、薬を体に補給する方法です。

経管栄養の種類

1) 鼻からの経管栄養(経鼻栄養)

鼻から胃や小腸までチューブを挿入します。一時的な栄養補給に使われます。

2) 胃ろう(PEG)や腸ろう

お腹に小さな穴を作り、胃や小腸に直接チューブを通します。長期間使用する場合に適しています。

メリット:

体に必要なエネルギーや栄養をしっかり補給できます。

食事が難しい場合でも、体力を維持しやすくなります。

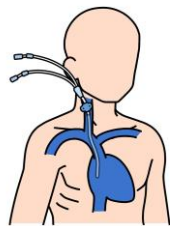
状況に応じたチューブを選ぶことで、短期間から長期間まで利用可能です。

デメリット:

経鼻栄養の場合、鼻や喉に違和感を感じる場合があります。

チューブの挿入部や体内で感染が起こる可能性があります。

適切な管理や清潔を保つために、定期的なケアが必要です。



<中心静脈カテーテル>

中心静脈カテーテル(首や太腿にある大きな静脈から管を入れます)

メリット:

血液中に直接薬や栄養を送ることができ、早い効果が期待できます。

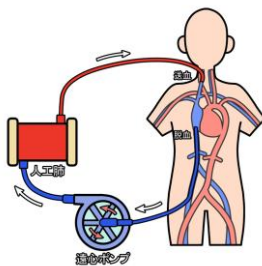
長期間使用できるため、頻繁な針刺しを減らせます。

デメリット:

挿入時に痛みや出血を伴うことがあります。

感染や血栓ができるリスクがあります。

適切な管理が必要で、手間がかかります。



<体外式膜型人工肺 ECMO>

メリット:

心臓や肺の機能が急に低下した際に、一時的に心肺の働きを助けることができます。

命をつなぐための緊急措置として非常に有効です。

デメリット:

大きな血管に管を入れる必要があり、熟練した医師、専門的な設備や医療スタッフが必要で、通常はICUでの管理が必要です。患者さんは、ベッド上で安静にする必要があります。

合併症(出血、感染症など)が起こるリスクが高くなります。

一時的な措置であるため、根本的な治療が必要です。

STEP 5 信頼できる人に伝えましょう

今まで色々考えてきましたが、もしもの時に、あなたがステップ2で決めた人にどれくらい任せられるかについても考えておくといいでしょう。なぜならば、あなたが望んでいる治療やケアと、医療従事者（医師や看護師など）の考える最良の治療やケアの内容が食い違った時は判断に迷うことがあるからです。

そのようなことを想定すると、ステップ2の人と話すだけでは実は十分ではありません。その他の家族や知人、医療従事者にもあなたの考えを伝えておくことで、あなたの希望がより尊重されやすくなります。



さいごに

人生会議 ACP アンケート記入後は
主治医または看護師へお渡しください

「人生会議 ACP アンケート」をきっかけに ACP について、家族や信頼できる人、医療従事者と繰り返し話し合しましょう

MEMO

東大和病院 人生会議 ACP および人生会議 ACP アンケートは下記を参考に作成しました。

- ・人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン（厚生労働省 平成 30 年）
- ・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—（神戸大学）

人生会議についてより深く知りたい方は厚生労働省のホームページをご参照ください。



（厚労省 HP）

東大和病院 人生会議 ACP アンケート

STEP

01

あなたにとって大切なことを考えてみましょう

パンフレット6ページ参照
記入日 年 月 日

1. あなたにとって「大切なこと」とはどんなことですか？(複数回答可)

- 家族や友人のそばにいること
- 仕事や社会的な役割が続けられること
- 身の回りのことが自分でできること
- できる限りの治療が受けられること
- 家族の負担にならないこと
- 痛みや苦しみが無いこと
- 少しでも長く生きられること
- 好きなことができること
- ひとりの時間が保てること
- 経済的に困らないこと
- その他

★その理由を書いてみましょう

2. あなたにとって、「これができないまま生きていくのは考えられない」と思うことはどんなことですか？(複数回答可)

- 食べたり飲んだりすること
- 自分で排泄ができること
- 身の回りのことが自分でできること
- 自由に動くことができること
- お酒やタバコ、嗜好品を楽しむこと
- 大切な人に自分の気持ちや考えを伝えること
- その他

★その理由を書いてみましょう

02

信頼できる人は誰かを考えてみましょう

パンフレット7ページ参照
記入日 年 月 日

1. あなたの代わりにあなたの治療やケアについて話合うことができる信頼できる人はどなたですか？具体的なお名前と間柄を教えてください（複数人でも可）

- 配偶者・パートナー（夫・妻）：お名前
- 子ども：お名前
- きょうだい：お名前
- 親戚（姪・甥など）：お名前
- 友人：お名前
- 親：お名前
- 医療・介護従事者：お名前
- 行政：お名前
- 頼れる人はいない

2. あなたの代わりに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、その人に直接伝えていますか？

- 伝えている
- 伝えていない

★その理由を書いてみましょう

主治医に質問してみましょう

パンフレット8ページ参照
記入日 年 月 日

1. あなたはご自身の病名・病状を知っていますか？

- 知っている
- 知らない

2. 知らないと答えた方は、今後知りたいですか？

- はい
- いいえ

3. 知っておきたいと思う情報はありますか？(複数回答可)

- 治療やケアの利益(メリット)
- 治療やケアの不利益(デメリット、リスク)
- 他の治療やケアの方法
- 治療やケアによってあなたの生活にどのような影響があるか
- その他(以下へ思いついたことをご自由にお書きください)

4. あなたは病気の予想される経過や余命を知りたいですか？

- すでに知っている
- 知りたい
- 知りたくない
- 自分の気持ちが今はわからない
- その他(以下へ思いついたことをご自由にお書きください)

信頼できる人と話し合しましょう

パンフレット9ページ参照
記入日 年 月 日

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、どのような治療やケアを受けたいですか？

- ① 必要な治療やケアは積極的に受けて、できるだけ長く生きたい
- ② 命は①より短くなる可能性はあるが、からだに負担の少ないケアは受けたい
- ③ 治療は受けたくないが、快適に過ごすためのケアは受けたい
- ④ 治療もケアも受けたくない
- ⑤ 自分の気持ちが今はわからない

★具体的に書いてみましょう

2. 具体的にどんな治療やケアをして欲しいですか？(複数回答可)

- 治療のために必要な点滴はしてほしい
- 栄養補給のために必要な点滴はしてほしい
- 痛みを和らげてほしい
- 呼吸を楽にしてほしい
- 夜眠れるようにしてほしい
- 一人にしないでほしい
- お風呂はできるだけ入れてほしい
- 食べたい物(飲み物)を食べさせてほしい
- その他(以下へご自由にお書きください)

★具体的に書いてみましょう

3. 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、
「これだけはしてほしい」治療やケアはありますか？

★具体的に書いてみましょう

4. 治療やケアをどこで受けたいですか？

- できる限り自宅で過ごしたい
- 病院で医療を受けながら過ごしたい
- 介護施設で過ごしたい
- それ以外

★具体的に書いてみましょう

信頼できる人に伝えましょう

パンフレット11ページ参照
記入日 年 月 日

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人の考えが違うときはどうしてほしいですか？

- 私が望んでいた通りにしてほしい
- 私が望んでいたことを基本として、医療者と信頼できる人で相談して決めて欲しい
- 私が望んでいたことと違っても、医療者と信頼できる人で相談して決めて欲しい
- わからない

★ここまで書いてみてどう感じましたか？
今の素直な感想をご自由にお書きください

記入者： 本人 本人以外（氏名： _____ 間柄： _____）

「気持ちは変わる事」があります。医療者に希望を伝えた後でも、いつでも内容は訂正することができます。病状や症状が変化したときなどは、定期的に考えを整理し直し、必要に応じて信頼できる人や医療者とよく話し合しましょう。

※ アンケート記入後は主治医または看護師へお渡しください
この書面はいつでも変更や撤廃が可能です。その都度書面を改めていきます
本書面の原本は東大和病院で保管し、コピーをご本人へお渡します