

考えてみましょう

しま じたく
「人生の終い仕度」と医療

— あなた と あなたの大切な人 のために —

あまり考えたくないけど
いつかは、さいごのことも
考えんとなあ…

さいごに受ける
医療って言われても
想像がつかないね

終い仕度って
どうしたらいいの？
ACPって何かしら？

さいごまで自分らしい
生き方をさせて
あげたいよね

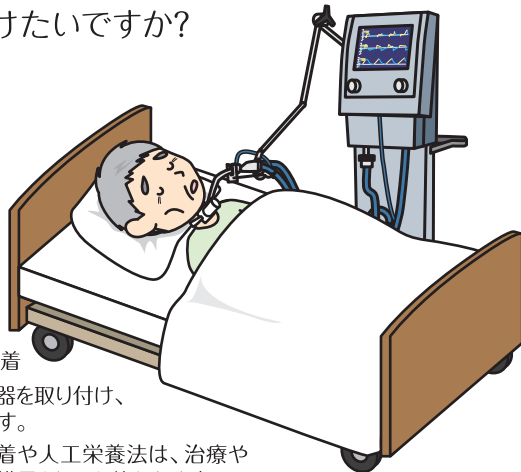


Step 1

もし、次のような質問をされたら
あなたは答えられますか？

質問1

人生の最終段階において死が近づき、
自分の力で呼吸ができなくなった時に、
人工呼吸器※1で生命の維持を目的とした
医療行為を受けたいですか？



※1 人工呼吸器の装着
・気管に通した管に機器を取り付け、
呼吸の補助を行います。

[注]人工呼吸器の装着や人工栄養法は、治療や
救命を目的とした措置としても使われます。

質問2

老衰で徐々に口から食べ物や水分が
入らなくなった時に、胃ろうなどの
人工栄養法※2を受けたいですか？

※2 人工栄養法（胃ろう、経鼻法など）

- ・胃ろうとは、流動食をおなかから
通したチューブで送り込むこと
です。
- ・経鼻法は、鼻からチューブを
胃（十二指腸）まで入れます。



あなたは、次のどちらでしょうか？

A 答えることができる

もう一つお聞きします。

「そのことを家族等※3と話していますか？」

もし、答えが「いいえ」なら、家族等と話して
ぜひ一緒に考えてみてください。

※3 家族等

・家族等とは、親族だけではなく、より広い範囲の人（親しい友人等）を
含みます。

B 答えることができない

- ・死や老いについて今は考えたくない
- ・一体どんな状況になるのかよくわからない
- ・何となく決めているけど、迷いもある など

答えることができない理由は様々だと思います。

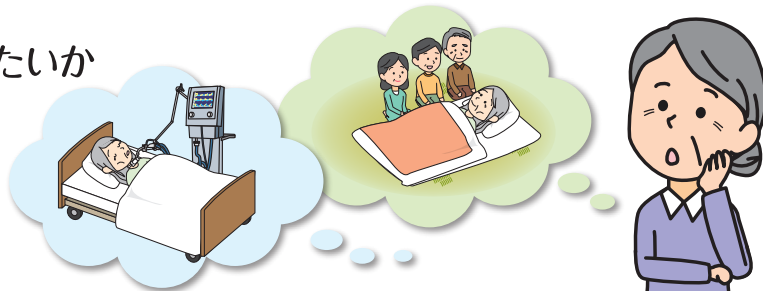
実際、簡単に答えが出ることではないですね。

ココが
ポイント

まず、自分の最期の迎え方を、考え、話し合うことが大切です

「自分らしく生きること」を大切な視点として次のことを考えてみましょう

1. どこで、誰と、どんなふうに過ごしたいか
2. 人生の最終段階に、
どのような医療を受けたいか、
受けたくないか



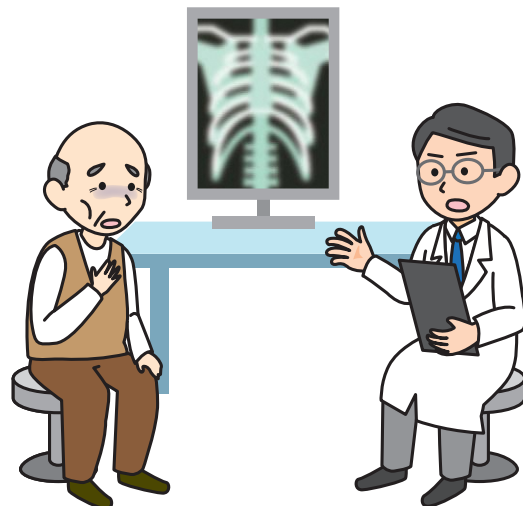
次のケースから、考え、話し合うことの大切さを確かめてみましょう

ケース 1

あなたが、がんを患い、治療をしても回復が見込めない状態となって、医師から「あなたは、どのような医療やケアを希望しますか？また、どこで過ごしたいですか？」と聞かれた場合

自分の死と向き合い、決断しなければならない状況ですね。辛いことであり、とても悩むと思います。

もし、自分の最期の迎え方や最期の時間の過ごし方について、元気な時から考え、家族や親しい友人らと一緒に話し合うことが出来ていれば、少しは答えが見つかりやすくなると思います。



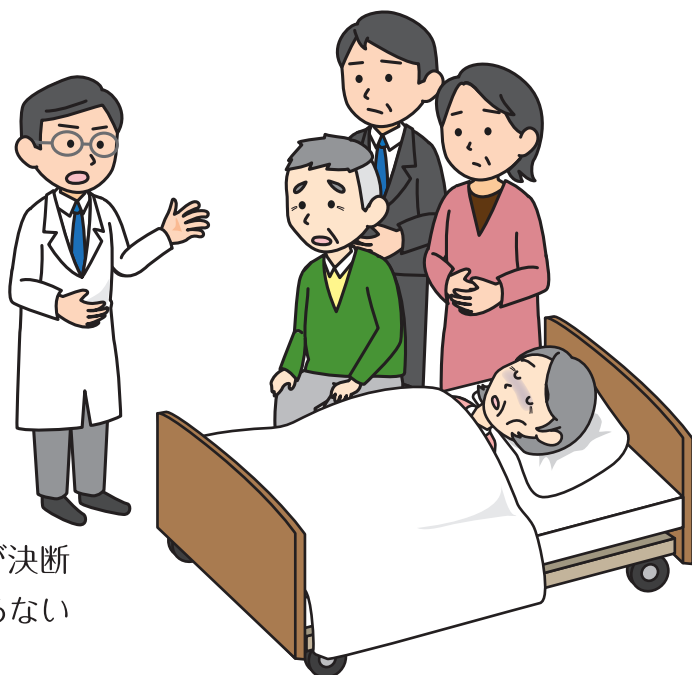
ケース 2

あなたが突然、脳卒中で倒れて意識がなくなってしまった時に、家族等が医師から「このまま意識が戻らず状態が悪化した時に、延命処置をするかどうか考えておいてください」と言われた場合

自分で判断できないあなたに代わって、家族等が決断を迫られる状況ですね。あなたの考え方がわからないと、家族等は、とても悩むことになります。

もし、あなたが、前もって人生の最終段階に受けたい医療や受けたくない医療について考え、家族や親しい友人らと話し合っていたら、家族等が代わりに決断をする時の悩みや負担を軽減することができます。

また、今は答えが出ていなかったとしても、家族や親しい友人らと話し合うなかで、あなたの考えが少しでも伝わっていれば、家族等は、あなたの思いに沿った決断をすることができるかもしれません。



家族等と考え、話し合った、その後にできることは？

アドバンス・ケア・プランニング (ACP) と リビングウィル (生前の意思表示)

自ら考え、家族や親しい友人らと話し合ったその後にできることとして、医療・介護の専門家と相談したり、あなたの思いを文書に残す方法として次のものがあります。

1. アドバンス・ケア・プランニング (ACP)

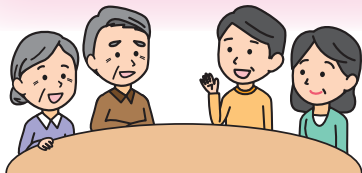
自分がどのような医療を受けたいか、あるいは受けたくないのか、また、どこで人生の最期を過ごしたいかなど、医師やケアマネジャーなど医療や介護の専門家から必要なサポートを受けながら、家族等も交えて、希望や考えを明らかにしていくための話し合いをアドバンス・ケア・プランニング (ACP) といいます。

2. リビングウィル (生前の意思表示)

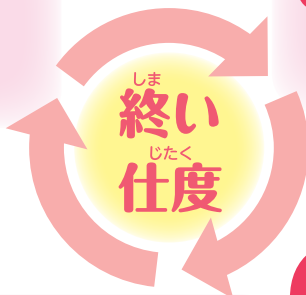
アドバンス・ケア・プランニング (ACP) を通して明らかになった考えや希望が尊重され、実現されることが重要です。そのための延命処置などについての意思を文書 (事前指示書) にして残しておくことをリビングウィル (生前の意思表示) といいます。

ACP・リビングウィルの道すじ

① 人生の最期の迎え方について自分で考え、家族等と話し合う



② 医療・介護の専門家と相談する



医療とケアの 生前の意思表示	
・延命のための人工呼吸器...	<input checked="" type="checkbox"/>
・胃ろうによる栄養補給	<input type="checkbox"/>
・	<input type="checkbox"/>

③ リビングウィルを書いてみる

※事前指示書の例を推進機構HPに掲載しています



**自分の思いが変わった時、
身体の状態や家族等の状況
が変化した時などは、①～③を
くり返していくことが大切です。**

ACPやリビングウィルを行う上で役立つことは？

1. 自分で学んでみる

人生の最期の迎え方をテーマとした書籍や講演会などで、必要な知識を学びましょう。地域の知り合いや友人など、様々な人の考えを聞きましょう。

2. 家族や親しい友人らと話し合う機会を作ってみる

身近な人の死 (命日) などをきっかけにして、話し合う機会を作りましょう。人生の節目 (誕生日、介護保険の認定を受けた時等) に、機会を作りましょう。

3. 専門家に相談してみる

かかりつけ医、看護師、ケアマネジャー、医療ソーシャルワーカー、地域包括支援センターの職員など、医療や介護の専門家に相談したり、わからないことがあれば聞いてみましょう。