

もしものときのために 「人生会議」

はじめに・・・

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをす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、医療やケアなどを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。

自らが希望する医療やケアを受けるために大切にしていることや望んでいること、どこでどのような医療やケアを望むかを

自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有することが重要です。



STEP
1

もし、今すぐに次のような質問をされたらあなたは答えることができますか？

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、人工呼吸器で生命の維持を目的とした医療行為を受けたいですか？それとも受けたくないですか？



あなたは、次のどちらでしょう？

答えることができる

答えることができない

まずは、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. 人生の最期に、どんな医療を受けたいか、受けたくないか



STEP 2

家族等と考え、話し合うことの大切さを 確かめてみましょう

ケース①

あなたが重病を患い、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

ご自分の死と向き合い、決断しなければならない状況であり、とても悩まれると思います。

もしも、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う時に、家族が医師から「このまま意識が戻らず状態が悪化した時に、延命処理をするかどうか考えておいてください」と言われた場合

ご自分で判断できない方に代わって、家族等が決断を迫られる状況です。ご本人の考え方がわからないと家族は、とても悩むことになると思います。

もしも、前もって受けたい医療や受けたくない医療について考え、家族と話し合っていれば、家族等が代わりに決断をする時の悩みや負担を軽くすることができると思います。



STEP
3

人生会議
(アドバンス・ケア・プランニング：ACP)

人生会議(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、医師やケアマネー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「人生会議(アドバンス・ケア・プランニング：ACP)」と言います。

話し合いの進め方(例)

あなたが大切にしていることは何ですか？

あなたが信頼できる人は誰ですか？

信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いましたか？

話し合いの結果を大切な人たちに伝えて話し合いましたか？

心身の状態に応じて意思は変化することがあるため、何度でも、繰り返し考え、話し合いましょう

おわりに・・・

急な病気・事故や認知症が進んでしまうことにより、あなたが受けたい治療やケア、過ごしたい療養・生活場所の希望を、ご自身で判断したり伝えることができなくなる時が訪れるかもしれません。

あらかじめ、あなたの考えや思いを、信頼できる人と共有して記録していれば、そのような時がきても、周りの人は**あなたの意思を最大限尊重した治療やケア**の方針を考えることができますし、あなた自身これからの人生を、より良く前向きに過ごしていただくことができます。

決して全てを「決める」ことが重要ではありません。
「考えておく」それを**「伝えておく」**ことが重要です。

製作・発行

高知県 健康政策部 医療政策課

〒780-8570

高知県高知市丸ノ内 1 丁目 2 番 20 号

TEL : 088-823-9625

FAX : 088-823-9137