

ACP(人生会議)ってご存知ですか？

がん性疼痛看護認定看護師

特定看護師 松岡 実和



ACPとは「アドバンス・ケア・プランニング」の略で、人生の最後に希望する医療やケアを受けるため「大切にしていること・望んでいること」「どこでどのような医療・ケアを受けたいか」などを前もって考えて、家族など周囲の信頼する人たちや医療・ケアチームなどと繰り返し話し合い、思いを共有する取り組みのことです。人生会議という愛称でも知られています。

誰にでも、自分の意思で決断できなくなる時がいつかやってきます。自分がしてほしいこと、してほしくないことなどについて家族へ伝えていくことが大切です。例えば、病気が進行して自宅で暮らせなくなってきた時、誰にお世話になり、どこでどのように過ごしたいですか？不慮の事故、心筋梗塞、がんや心臓病腎臓病の末期など、意思疎通ができなくなった時に、救命処置（心臓マッサージ、人工呼吸器など）は行いますか？この機会に少し一緒に考えてみましょう。

ACPのメリット

1. 話し合えたこと自体が家族との信頼関係を認識できる基盤になる
2. 人生や大切なもの、生きがいなどについて振り返る機会となる
3. 望む生き方を自分自身で再確認し、自らの言葉で表明し、家族や医療者と共有することができる

自分の意向のもとに生活や人生を組み立てることで、
本人・家族ともに価値観の再認識ができ、
より自分らしく生きることができます。



話し合う内容の例

- ・気がかりや心配事
- ・療養場所
- ・経済的なこと
- ・いのちに関する考え方
- ・大切にしていること／思っていること
- ・医療でしてほしいこと／してほしくないこと
- ・（病気にかかっている場合は）今後の見通し
- ・その他希望すること
- ・支えや希望
- ・延命治療についての意向
- ・代理決定者について
- ・家族に残したいメッセージ
- など



考えてみましょう

[あなたにとって大切な事は？]

もし生きることができる時間が限られているなら…

趣味 仕事や社会的役割
家族や友人 お金を家族に残すこと
身の回りのことが自分でできること
最期までできるだけ病氣と闘うこと
家族に迷惑をかけないこと など

[あなたにとって欠かせない事は？]

自宅で家族と一緒に過ごすこと
食べたり飲んだりできること
トイレは自分でできること
回りに自分の気持ちや考えを伝えること

何が好きで何を大切にしているか、
決まらなくても大丈夫。



まずは家族とたくさん話をしてみましょう！

「もしものとき」はいつ起きるかわかりません。
必ず起きるその時に備え、**最期まで自分らしく
生きるためにも元気な時から ACP(人生会議)を！**



同じ病気であったとしてもそこから先、進む道は人それぞれです。いろんな場面があり、サポートを受けたい人もいれば、受けたくない人もいます。十分ご家族で話をする→必要なサービスを選ぶ→自分らしく過ごすための生活を整えていくなどご希望にそって専門のスタッフがサポートいたします。

