

このチラシはあなたが予期しない出来事や突然の病気などもしもの時に、自分の希望を伝えられなくなった時のことを考える内容が含まれます。

あなたの想いを託せる人に伝えてみませんか？

わたしの想い

～ 受けたい医療・ケア ～



自分が希望する医療・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・ケアを望むかを自分自身で前もって考え、あなたの想いを託せる人たちと話し合い、共有しましょう。これを「アドバンス・ケア・プランニング（ACP）愛称：人生会議」と言います。

これらの話し合いは、予期しない出来事や突然の病気などもしもの時に、自分の希望を伝えられなくなった時に、あなたの受ける医療やケアについて、ご家族などがあなたに代わって難しい決断をする場合に重要な助けとなります。

話し合いの
すすめ方

別紙「わたしの想い」をご活用ください。

考えてみましょう

あなたが大切にしていることを整理してみましょう。かかりつけ医に相談し、健康状態やどのような医療・ケアを希望するか考えてみましょう。

話し合って、共有しましょう

医療や生活に関する希望や想いを医療・介護従事者も含め共有する。

想いを託せる人が誰か考えてみましょう

もしもの時にあなたの想いを尊重し、受けたい医療・ケアなどを伝えてくれる人は誰ですか。

・ ACP（人生会議）について、詳しく知りたい場合は、厚生労働省ホームページにも情報が掲載されています。
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html



「わたしの思い～受けたい医療・ケア～」 記入手順

必ずしも下記の手順どおりに進める必要はありません。

手順1：考えてみましょう

- ・ご自身の健康状態を理解されていますか。あなたが生活で大切にしたいことや、医療・ケアに対する希望や思い、もしもの時（治療しても回復が見込めない場合）の延命治療の希望などを示しておくことは、将来ご家族などがあなたの気持ちを考えて判断するのに役立つでしょう。「延命治療」の例は下図を参照。

手順2：あなたの思いを託せる人が誰か考えてみましょう

- ・予期しない出来事や突然の病気で、自分の希望を伝えられなくなることや認知症などにより、自分の希望を伝えたり、選択する能力が少しずつなくなることもあります。
- ・信頼できる家族や友人、知人など、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人（あなたの思いを託せる人）を選んでおきましょう。一人である必要はありません。そういった方が、いらっしやらないければ、かかりつけ医や医療・介護関係者でも構いません。

手順3：話し合っ、共有しましょう

- ・手順1, 2であなたが考えた「わたしの思い」をもとに話し合しましょう。空欄や分からない項目があっても構いません。あなたの思いを託せる人と話すだけでなく、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。あなたの希望がより尊重されやすくなります。
- ・「気持ちが変わること」はよくあることです。その都度、話し合しましょう。医療・介護従事者に希望を伝えた後でも、「わたしの思い」の内容を訂正することは何回でもできます。
- ・病状や症状が変化したとき、考えが変わったとき、誕生日など定期的に考えを整理しなおし、かかりつけ医やあなたの思いを託せる人と話しておきましょう。



■「延命治療」には、以下のような処置があります。

治療が、本人の病状回復に有効な場合もあります。あなたの思いにそった治療を受けることが大切です。病状が回復しあなたが大切にしていることができる時間を持てることが最も望まれることです。

《心臓マッサージなどの心肺蘇生法》

心肺蘇生とは、呼吸や心臓が止まったときに救命のために行われる胸骨圧迫（心臓マッサージ）気管挿管（口や鼻から気管に管を入れる）、気管切開（喉仏の下あたりに穴をあけて直接気管に管を入れる）などをいいます。



《延命のための人工呼吸器》

気管に通した管に取り付けた機械から空気を送り込み、呼吸を助けます。



《鼻チューブ/胃ろうによる栄養補給》

鼻チューブ

鼻から胃または腸まで届くチューブを入れて、栄養剤などを注入します。



胃ろう

内視鏡を使っておなかと胃の壁に小さな穴を開け、つけたチューブから流動食などを注入します。



《点滴治療》

手足から点滴のための針を刺して水分補給を行います（栄養はほとんどありません）。口から薬が飲めないときに、点滴を用いて水分を体内に入れることができます。

