

健康 コラム

アドバンス・ケア・ プランニング(ACP)について



秋田厚生医療センター

なかがわ くみこ

居宅介護支援事業所 看護副師長

中川 久美子

「アドバンス・ケア・
プランニングとは」

皆さんは、アドバンス・ケア・プランニング(ACP)という言葉を知っていますか？厚労省はなじみやすいように人生会議とし、公表しました。

アドバンス・ケア・プランニングとは「自分の人生の終末期に望む医療やケアについて、家族や大切な人たちと事前に考え話し合い、医療従事者やケアに関わる人たちと共有すること」です。

「アドバンス・ケア・プランニングに
ついて考えてみましょう」

皆さんは、自分の将来で「いよいよ」となったらどのような最期を迎えたいか、お考えになったことはありますか？「痛いのは絶対に嫌だな」「元の状態に回復する見込みがないのなら、延命治療はしてほしくないな」「どんな治療やケアも、できる限り行ってほしい」「家族やペットのそばで過ごしたい」など人それぞれだと思います。このようなことは、誰しも一度は考えたことがあるのではないのでしょうか。

「そもそもなぜ、今、
「アドバンス・ケア・プランニング」？」

私は病院の看護師でありながら、現在はケアマネジャーという職種で勤務しております。職種柄、人生の先輩の方々とお話する機会が多くあります。多くの出会いや別れの中で想う事を述べてみます。人は一年ごとに年をとります。年齢を重ねると心身の機能が低下したり、病気になるかややすくなったりします。突然ということもあり得ます。治療やケアの段階で意思表示できるときはいいのですが、自ら意思表示できなくなったとき、治療やケアの方向性についての選択を迫られたとき、家族や周囲の人は悩みます。「できるだけ、本人の希望に添うようにしてあげたいけど、果たしてどうしてほしいのかわからない」という具合です。

このような事は、自らが望まない医療やケアを受けることになったり、家族や周囲の人たちの迷いや後悔に繋がったりします。そのような事が少しでも少なくなるように、家族や周囲の人と事前に話し合ってみることを提案しますが、周囲の人とは、友人知人もそうですが、関わっている医療従事者やケアスタッフなどもです。重いテーマですが前向きに捉えて話し合ってみましょう。私たちケアマネ

ジャーもお手伝いします。

必ずしも最終決定する必要はありません。その話し合いの過程(プロセス)が大事なのです。そして、人の気持ちは変わるものです。定期的に話し合う機会を持つことが肝要です。

「代理意思決定者」

さらに大切なことは、意思表示ができなくなったときに、自分の意思を代理で決定してくれる人を決めておくことです。代理意思決定者にそのことを伝えておくことで、話し合いの場ではその方も、より真剣に話し合いに参加してくれることでしょう。

「終わりに」

一昔前までは「死」という言葉は、口にすることさえ縁起でもないというタブー視され、ネガティブな話題でした。しかし、自分の人生を最後まで自分らしくあるために、事前に周囲や大切な人たち、医療従事者、ケアチームの人たちと話し合っておくことで、「今をどう生きるか」を考えることに繋がります。自分らしく「良く生きる」ため、また、一度きりの人生を豊かに過ごすためにアドバンス・ケア・プランニングについて考えてみませんか。