

令和元年12月10日号 (第203回)

# 阿伎留通信

公立阿伎留医療センターは、医の心を重んじ、患者の生命と健康と生活の質を考える良質の医療を実践し、地域医療の最適化に努力します。

今回の阿伎留通信は、

「あなたの考えるこれからの過ごし方をみんなで考えておきませんか？

～アドバンス・ケア・プランニングと緩和ケアの関係～

をテーマに、3階東病棟の渡辺 いづみ看護師長よりお話しさせていただきます。

## アドバンス・ケア・プランニング (ACP) とは

“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。また、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、話し合しましょう。”

これは、2000年代後半に提唱され、全世界に広まっている「アドバンス・ケア・プランニング (ACP)」というもので、厚生労働省のリーフレットから引用したものです。

ACPとは「将来に備えて、今後の治療・療養について、あらかじめ話し合うプロセス」を指しますが、平成30年の意識調査報告書によると、ACPを知らない国民は75.5%に及びました。ちなみに最近は「終末期」という言葉も「人生の最終段階」と呼ばれていますが、そのような状況を迎えた場合の医療に関して、ご家族等と詳しく話し合っている人の割合も、国民のわずか2.7%しかいないことがわかっています。このため、厚生労働省は、ACPがよりなじみやすい言葉となるよう『人生会議』との愛称を作りました。日本では「終活」という似た言葉がありますね。終活では「生活の質」とあ



わせて、「死を迎える過程の質」を話し合います。

## 緩和ケアにおける ACP の目的・背景

さて「緩和ケア」についてですが、緩和ケアは、がん末期だけではなく、がんと診断された時から、患者さんやご家族の生活の質を改善するアプローチのことを呼びます。

緩和ケアにおける ACP の目的・背景は、がんの症状と共に、自分らしく安心して暮らせる体制を本人、家族、医療者、福祉などが連携し、作っていくことと、治療の選択だけではなく、人生における全体的な目標や希望、目的を明確にしていくことです。

### 患者さんやご家族の声の例

- ・ 体調にあわせて治療を続けたい。治療の効果が無くなったり、負担になる時は無理したくない。家族は一生懸命で話せないけど…。
- ・ 治療も大事、でも治療するために生きるわけじゃない。何より家族と過ごす時間を大事に、そして迷惑をかけたくない…。
- ・ 今も、最期も、家で過ごしたい。病院には入院したくない。
- ・ 家族としては、とにかく治療を優先に頑張ってもらいたい。でも辛い思いはさせたくない。本人はどう考えているのだろう…。

患者さんやご家族には、それぞれの思いがあります。自分の体調が悪くなった時は周囲の人も戸惑うので、今のうちからその時のことを相談しておきましょう。

当院の緩和ケア病棟の基本方針は、がんによる苦痛の緩和を図るとともに、患者さんやご家族の意思を尊重し、その人らしく過ごせるよう、多職種と連携しながら支援させていただくことです。症状が改善されると、ご自宅に退院される方もいます。

入院にあたっては、事前に「緩和ケア面談」が必要ですが、抗がん剤治療中でも、「どんなところか知っておきたい…」との理由で、選択肢の一つとして面談に来られる方もいます。緩和ケアは、病状が悪化してから準備するのでは時間が足りません。早期から ACP の中で準備することが重要です。



阿伎留通信については、バックナンバーを公立阿伎留医療センターのホームページで御覧になることができます。ホームページアドレス(<http://www.akiru-med.jp>)