

“ACPを始めてみませんか”

ACPとは「アドバンス・ケア・プランニング（「アドバンス=事前の」・「ケア=医療、看護、介護」・「プランニング=計画」）です。将来の変化に備え、その時に受きたいケアについて、本人とその家族や大切な人、ケアチームが繰り返し話し合いを行い、本人の意思決定を支援するプロセスのことです。日本では「人生会議」とも呼ばれています。

ACPは単に終末期の“医療”を決めておくことではなく、「自分が何を大切にしたい、どのように人生の最期まで生きていきたいのか」を考える仕組みです。

かつては終末期において患者の意思に関係なく、当たり前のように人工呼吸器、輸血、透析、胃ろうなどの延命措置が行われていました。しかし1980年頃から、自分の受たい、または受けたくない医療についての指示を出しておく“事前指示書”が普及します。一方、将来のことを予想すること自体が困難、家族と話し合っていない、指示書の存在が緊急時に不明、などの理由から十分な効果が上げられませんでした。

そこでACPが注目されるようになりました。人生の最終段階において、最も大切なのは本人の意思であり、医療やケアについても本人の意思が尊重されます。しかし終末期においては、70%の方が意思決定ができないと言われています。

ACPが実践され、家族や医療・ケアチームの中で本人の意思が共有されていれば、本人の意思を尊重することができます。また本人の意思表示が出来ない状況にあっても、ACPに取り組んでいれば本人の価値観や人生観が共有でき、家族や医療・ケアチームでの話し合いの中で、本人の意思を推定することができます。

とはいえ、何から始めていけばよいのか悩むかもしれません。

単に終末期の医療・ケアに何を望むかの意思表示だけでは、その人の価値観・人生観を知ることができないので、もしもの時にその人の真の意思決定を支援することもできません。

そこで大村市には大村市版人生ノートがあります。このノートは、これまでの人生を振り返るだけでなく、「これから」の人生を描くツールとして役立てられることが特徴です。ACPのきっかけづくりにも役立ちます。また、ACP啓発事業として、市内の医療介護福祉の専門職によるACPの劇も参考になると思います。

ACPは地域全体で取り組んでいきたい活動であり、大村市民の皆さんが人生の最期まで自分らしく尊厳をもって生きていくための大切なツールとなりますので、まずは、家族や大切な人に思いを伝えるところから始めてみませんか？



市民の皆様
ぜひ
お越し
ください!!

日時	令和6年3月3日(日) 14:00~15:30 <開場> 13:30
場所	シーハットおおむら さくらホール (幸町25-33)
主催	大村市ケアセミナー/大村市
入場	無料
手話通訳	あり
問合せ	大村市ケアセミナー事務局 (大村市医師会内) ☎(0957)54-0151

【医心伝心】厚生労働省から「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」が発表されました。疾患によっては少量の飲酒でも発症リスクが増えることが示され、「酒は百薬の長」とばかりは言えないようです。アルコールによる影響には個人差がありますので、自分に合ったお酒の飲み方を探してみてください。

看護師への復職を考えている方へ 潜在看護師の復職支援研修を行っています。大村市医師会にご相談下さい。