



医療法人 厚生堂

長崎病院

広報誌

2022.11 vol. 125

# むづみ

## 当院の理念

私たちは良質で安心な医療の提供により、患者様や家族の皆様との信頼を築き、常に「思いやりの医療」を念頭に、地域社会に貢献します。

### 目次

- ACP(アドバンスケアプランニング)について…1
- 当院の新型コロナウイルスの検査について…2
- 上手な減塩のしかた……………3
- お知らせ……………4

## ACP(アドバンスケアプランニング)について

内科医師 香川 真由子

ここ数年で終活、人生会議といった言葉がよく聞かれるようになりました。皆様も一度は耳にされたことがあるかもしれません。医療業界でもACP(アドバンスケアプランニング)という新しい考えが広がっています。これは、もしもの時のために自分の望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療スタッフと話し合い、共有する取り組みの事です。



広島県でも現在この啓発活動が盛んにおこなわれており「ACPの手引き」「私の心づもり」といったパンフレットやポスターが多数作られています。

現在の日本では2人に1人はがんになり、65歳以上の7人に1人以上が認知症と言われています。高齢化社会が進んでいる中でどのように人生を送っていくかを考える必要性があると厚生労働省は示しています。

60年前の昭和30年頃、8割の人が在宅で最期を迎えていました。病院で亡くなる方は1割程度と非常に少なかった時代です。現在はその比率が反対になっており、病院や施設で最期を迎える方が8割です。この数字は他の国と比較しても非常に高い数字であり、実は世界一なのです。そういった背景から病院でどのような医療やケアを受けたいか、あるいは受けたくないかといったことを話し合う必要があると考えられています。

### ACPの良い点

しかしながら、なかなかもしもの時や自分や家族の人生の最期を考えるというのは気が進むものではないと思います。ACPにはどのような利点があるのでしょうか？

病院に入院され、命の迫った状態になると70%以上の方が自分の希望する治療を医療者に伝えることができないと言われています。この場合、現状ではご家族や知人など第三者が決定することになります。

例えば、ある日突然事故や病気で自分の意志が伝えられない状態になる、あるいは認知症などで自分の意志を決

定する能力がなくなってしまう、どなたにも人生の中で起こりうる状況です。そのような場合に前もって「人工呼吸器を用いた治療を行うか」「食べられなくなった時に胃ろうを作成するか」などのACPをしておくことで自分が希望する医療をスムーズに受けられるというメリットがあります。

### 難しいACP

次に具体的にACPについてみていきましょう。広島県では「わたしの心づもり」というパンフレットをもとにACPについて考える取り組みがされています。Step1-5までに分かれており、それぞれ

- STEP1: 自分の希望や思いについて考える
- STEP2: 自分の健康状態について学び、考える
- STEP3: 自分のかわりに伝えてくれる人を選ぶ
- STEP4: 希望や思いについて医療者と話し合う
- STEP5: 考えを「私の心づもり」に書く

という5つのSTEPで勧めていきます。ACPは一度決めたらその通りにしないといけなわけではありませんので、気持ちやご自身の環境が変化した場合は何度でも「私の心づもり」を書き直すことが可能です。「私の心づもり」は広島県のホームページから入手可能です。またご希望があれば外来でお渡しすることも可能ですので、お気軽にご問い合わせください。

### おわりに

健康なときにはなかなか普段の生活の中で人生に関わる意思決定をするという習慣や機会はありません。しかし、いざ病気や事故にあった時に突然意思決定する機会が訪れます。そのような切迫した状態での決定ではなく、余裕のある時から少しずつ考えておくことで準備がしやすくなります。また、自分の大切にしていること、これからしたいことをACPを通して再度見直すこともできるかもしれません。ぜひこの機会にACPという言葉を知っていたければ幸いです。ACPをしてみたいな、というご希望があれば当院外来でご相談ください。