

健康通信

ACP (人生会議) について



緩和ケア科 部長医師

小田切 拓也

ACP (人生会議) とはなにが

皆さん、ACP (人生会議) という言葉を聞いたことがあるでしょうか。何か重大な病気にかかっている、あるいはご高齢な方が、将来病状が悪化をして自分で判断するのが難しくなる時を想定して、前もって方針を話し合うことです。ACPとは、Advanced (前もって) Carreplanning (ケアの方針を決める) という英語です。

ACP (人生会議) では、何について話し合うか
以下の3点について話し合います。
①代理意思決定者をどなたにするか。ご自分で判断ができなくなったときに、医療者とともに話し合っていたかどうかを決めます。また指名した方にも、引き受けていただけるか確認をして、以後の話し合いにも入っていただきます。

②病状が悪くなった時、あるいは最期を、どこで迎えたいか。家を希望される方も、入院(その中でも、緩和ケア病棟など)を希望される方もいます。また、どうしたら家で過ごすのは難しいか(例えば、トイレに自力で行けなくなったら、など)も話し合います。

③どんな医療・ケアを希望するか。例えば、心臓マッサージや人工呼吸まで行ってほしいか、食べられない場合に胃瘻や栄養点滴を希望するか、腎臓が悪い人は透析を希望するか、などです。

ここで重要なのは、これらの選択をするだけでなく、それを選んだ理由まで話し合うことです。それにより、ご自分が大切にしていることが明らかになり、いざ病状が悪い時もご自身の想いを皆で思い描きながら医療を進められます。

ACP (人生会議) を行うと、どんな良いことがあるのか、悪いことはないか

以下2つの良いことがあります。一つは、ご自身が望む医療やケアが提供される可能性が増し

ます。例えば、心臓マッサージや人工呼吸をして欲しくないと言明していれば、その通りになることが多いです。また自分のことを自分でコントロールできている感覚(自己効力感といいますが)が得られ、今後についての不安感が減ります。

二つ目は、ご家族の負担が減ることです。代理意思決定者の方は、気持ちの負担が大きくなります。例えば、お父さまが亡くなるかもしれない時に、心臓マッサージを本当にしないでいいんだらうか、私がそれを決めるなんて、という気持ちに陥りやすいです。そんな時に、ご自身が先に決めておくと、「ああ、お父さまがそう希望していたのだから」と納得できます。またご自身が納得いく医療を受けられたと感じられると、残されたご家族の気持ちも穏やかになります。

一方で、悪くなった時のことなんて考えたくもない、縁起でもないと思っている場合、無理やり話をされることで、嫌な気持ちになる、不安になる可能性もあります。もし医療者から話

を持ちかけられても、話したくなければ断っていただいで結構です。少しでも、これからどうなるのかな、〇〇なことはあまりして欲しくないな、などと考える機会がある方であれば、話し合いをお勧めします。

どうやってACP (人生会議) をするのか

いつも診てもらっている主治医や医療者から勧められることが多いです。タイミングとしては、少し病状が悪くなったことが分かった時や、逆にいったん病状が悪くなって少し回復した時期などに勧められます。しかしご本人の方から、相談したいのだけれど、と医療者に声を掛けていただいても結構です。

ACP (人生会議) の進め方は、各病院・施設により多少の違いがあります。医師が全て行うこともあれば、当院ではACP相談員という専門家がおり、途中から話し合いに加わらせていただいでいます。

