

緩和ケア認定看護師とは？

今回説明しましたACPを実施するにあたり重要な役割を担う「緩和ケア認定看護師」について紹介いたします。

まず、「認定看護師」とは、特定の看護分野において深い知識と熟練した看護技術を持っていると認められた看護師です。また、患者さんやその御家族等に対する看護の提供のみではなく、看護師に対して指導等の役割も期待されています。

「緩和ケア認定看護師」とは、疼痛、呼吸困難、全身倦怠感、浮腫などの苦痛症状の緩和、患者・家族への喪失と悲嘆のケア、地域住民や医療者への緩和ケア普及活動に関して熟練した看護技術及び知識を持っている看護師のことです。

当院では、医師、看護師、薬剤師等の多職種で構成された「緩和ケアチーム」があり、がんやその他の生命を脅かすような病気になった患者さんと、その大切な人（御家族など）に対して、痛みやしんどさなどのからだの苦痛、病気によって起こる不安・心配などの心の苦痛、社会生活（仕事や家族など）の悩みに対し、できるだけ早い段階から苦痛の緩和に向けたサポートを行っております。

詳しくは記載のQRコードからホームページをご覧ください。➡



かかりつけ医をお持ちですか？

かかりつけ医をご紹介します

当院は地域医療支援病院として、地域の医師や診療科と連携し、地域医療の向上を図っています。また、急性期医療として専門的な医療を提供する機能を果たすことで、症状が安定した患者さんには地域のかかりつけ医をご紹介しています。



※当院は厚生労働省から紹介受診重点医療機関の承認を受けており、地域の医療機関（診療所・クリニック）と医療の機能分担を図っています。

日頃の健康状態を知っていて、気軽に何でも相談できる地域の医療機関（診療所・クリニック）の「かかりつけ医」がいれば、体調などに関して様々なことが相談できます。また、入院や精密検査が必要な場合は、症状に合った適切な医療機関を紹介してくれます。

「かかりつけ医」がない場合、一般の方々が自己判断で受診を手控えたり、延期したり、あるいは、間違った対応策をとっているうちに重症化してしまうといったことが起きることがありますが、「かかりつけ医」がいることでそれも防ぐことができます。

患者支援センターでは近隣の「かかりつけ医」を御案内しています。また、当院では地域の医療機関（診療所・クリニック）と連携し診察・検査予約をお取りしています。

かかりつけ医検索システムはコチラ➡



当院におけるがん診療について

当院は、がん医療水準の向上及び安心かつ適切ながん医療が選択できることを目的として大阪府が指定する「大阪府がん診療拠点病院」に認定されています。

がんについて、当院ホームページにて解説をしていますので、記載のQRコードから御確認ください。

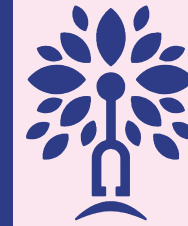
当院ホームページ
「覚えておきたい「がん」のこと」➡



平素より吹田市民病院だよりを御愛読いただきありがとうございます。
御意見がございましたら市立吹田市民病院まで御連絡ください。

●編集・発行 市立吹田市民病院 広報委員会

吹田市民病院 だより No.92



〒564-8567 吹田市岸部新町5番7号
TEL (06)6387-3311
FAX (06)6380-5825
メール shomu@mhp.suita.osaka.jp
ホームページ
https://www.suitamhp.osaka.jp



ACP（人生会議）という言葉を知っていますか？

Advance : アドバンス（事前）
Care : ケア（医療・ケア）
Planning : プランニング

の頭文字をとって、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）です。

ACPは将来の医療ケアについて、本人を尊重した意思決定の実現を支援するプロセスです。

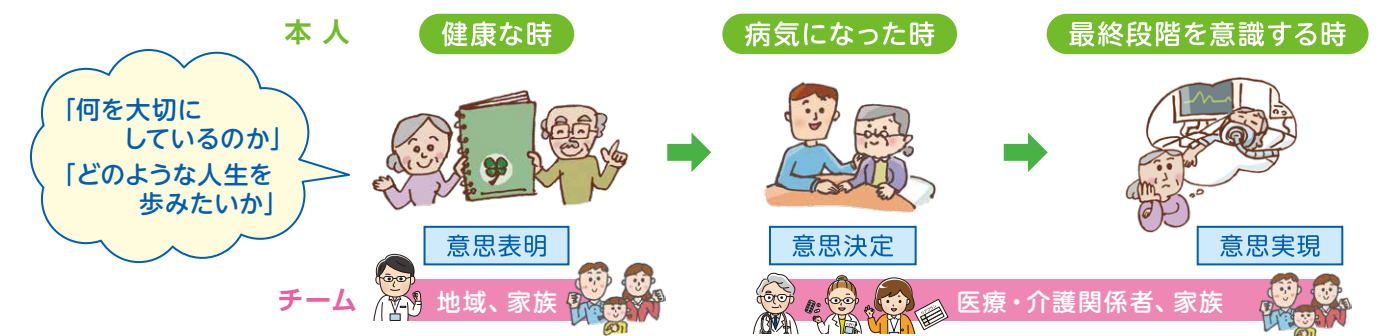
将来の変化にそなえ、将来の医療及びケアについて患者さんを主体に、その家族や近い人、医療・ケアチームが、繰り返し話し合いを行い、患者さんの意思決定支援するプロセスのこと、患者さんの人生観や価値観、希望に沿った将来の医療及びケアを具体化することを目指しています。

疾病の診断告知時、再発・進行、治療の中止・終末期の話し合いにおけるそれぞれの場面で継続的に患者さんの価値観やニーズを理解し、“患者さんにとっての最善”を常に考えることが私たち医療従事者には求められています。病院に足を運ぶときは、何かしらの病気にかかった時や事故に遭った時です。そういった場面では医療従事者と共に話をすることになりますが、その時に患者さんは自分自身の価値観を知り、近い方とその価値観を共有し、理解してもらう必要があります。



緩和ケア認定看護師
いくた ようこ
生田 陽子

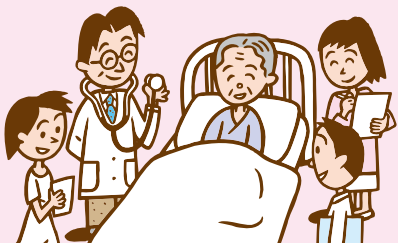
ACPの流れ



ACP と ALP

ACPは、最後の時の話し合いと勘違いされがちですが、良く生きるためには自分自身にとって何が最善であるかを考えることです。

自分自身が何を大切に過ごしたいかを基に、もしもの時に受けたい医療、受けたくない医療、体がしんどくなった時にどこでどのように過ごしたいかを定めるためにALP（アドバンス・ライフ・プランニング）が大切です。



ALPとは、「自分は何を大切にしているのか」「どのような人生を歩みたいか」について考えることです。病気を発症した後で「どこでどのように医療・ケアを受けたいか」を考えるACPよりも、もっと手前の健康な時から人生観や死生観を基にALPを考えることが重要だと言われています。

決めておきたいこと

- どこで、どのように医療・ケアを受けたいか
- もしもの時に受けたい医療、受けたくない医療は？
- 体がしんどくなった時、どこで、どのように過ごしたいか

その人の価値観・目標・選好を知っていないと決められない



ACPでは具体的に何を話し合えばよいのですか？

患者さんの状況

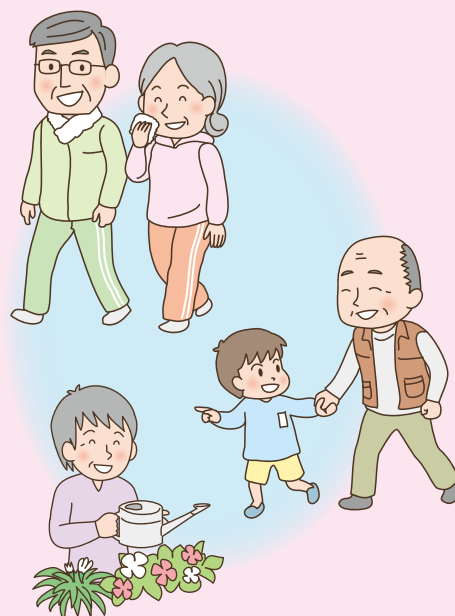
- 家族構成や暮らしぶりはどのようなものですか？
- 健康状態について気になる点がありますか？

患者さんが大切にしたいこと（人生観や価値観、希望など）

- これまでの暮らしで大切にしてきたことは何ですか？
- これからどのように生きていきたいですか？
- 家族等の大切な人に伝えておきたいことは何ですか？（会っておきたい人、最期に食べたいものなど）
- 最期の時間をどこで、誰と、どのように過ごしたいですか？
- 意思決定のプロセスに参加してほしい人は誰ですか？

医療及びケアについての希望

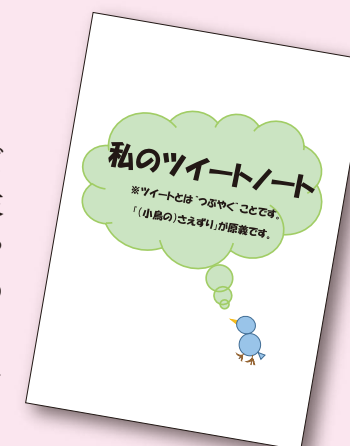
「可能な限り生命を維持したい」「痛みや苦しみを少しでも和らげたい」「できるだけ自然な形で最期を迎えたい」などの希望が考えられますが、病状等も含め状況は様々です。医療関係者から適切な情報提供と説明がなされたうえで、患者さんやその御家族等と話し合いを重ねていくことが重要です。



私のツイートノート

当院では、「ACP」の頭文字をとり、「A：あんなこと」、「C：こんなこと」、「P：ぽつぽつ考えていきましょう」をキャッチフレーズとして「私のツイートノート」を作成しました。このノートは、終末期医療、最期のことを考えるだけでなく、その人の価値観や医療やケアについて、患者さんの思いの丈を呟いてほしいという思いが込められています。

ここでは「私のツイートノート」の一部抜粋したものを紹介させていただきます。



あなたは、「もしもの時」のことを考えたことがありますか？

あなたは、「もしもの時」のことを考えたことがありますか？
もしもの時に備えて、あなたの大切にしていることや希望、どのような医療やケアを望んでいるかについて自分自身で考えること、またあなたが信頼する人たちと話し合ったりすることを、「ACP（アドバンス・ケア・プランニング）—これからの治療やケアに関する話し合い—」と言います。

こうした話し合いをご家族などと前もってしておくことは、病気や事故などで、あなたが自分のことを話せなくなった「もしもの時」に、あなたの希望が尊重された決定につながります。

- ・あなたが人生で大切にしていることや希望は何ですか？
- ・あなたはどのような医療やケアを望んでいますか？

「もしもの時」に備えて自分の考えをまとめておくことで、あなたの大切な人の心の負担も、軽減することが出来るでしょう。

「へえ～そうか」と思った時が、ACP を始める良いタイミングです。ACP は普段通り過ごすことが出来る、今から始めることが大切です。

- A あんなこと
- C こんなこと
- P ぽつぽつ考えていきましょう。

1.あなたが大切にしていることは何ですか？

（複数回答可）

- ☐ 望んだ場所で過ごすこと
- ☐ 身の回りのことが自分でできること
- ☐ 先々に起こることを詳しく知ること
- ☐ 痛みや苦しみがないこと
- ☐ 家族や友人と十分に時間を過ごせること
- ☐ 仕事や社会的な役割が続けられること
- ☐ 落ち着いた環境で過ごせること
- ☐ 病気や死を意識せずに過ごせること
- ☐ 大切な人に伝えたいことを伝えること
- ☐ ひとりの時間が保てること
- ☐ 好きなことが出来ること
- ☐ 楽しみや喜びにつながる可能性があること
- ☐ 人として大切にされること
- ☐ 人生をまっとうしたと感じる
- ☐ 他人に弱った姿を見せないこと
- ☐ 医師を信頼出来ること
- ☐ 家族の負担にならないこと
- ☐ 家族が経済的に困らないこと
- ☐ 信仰に支えられること
- ☐ その他 _____

最後に

今回この記事を読んでいただいたことで、自分自身の価値観、今したいこと、大切なこと等の思いを見つめ直していただき、改めて気付いた自分の思いを実際に大切な人と話し合い、共有していただくきっかけになっていただければ幸いです。

そして、そうしたことをきっかけにみなさんの日々の生活がより一層豊かになることを願っております。

