

ACP のタイミングを選ぶ：ACP レディネス (ACP readiness)

医師から病状説明があった時は、次の治療を決めるだけでなく、価値観や不安に思っていることを共有し、今後何を目標に治療や療養を継続していくかを考えるよい機会です。しかし、患者さんのおかれた状況によっては ACP 支援が負担になることがあります。ACP readiness (ACP という話し合いをするための準備ができていないこと) について理解すると、ACP 支援を行うタイミングがつかみやすいです。

ACP readiness (ACP という話し合いをするための準備ができていないこと)

必要な状況		コメント/例
1	病状や治療の選択肢、今後の見通しなどについて医師から説明されている	
2	病状について理解できている	意思決定能力の4つの要素のうち『理解』
3	病状を自分のこととして受け止めることができる	『認識』
4	希望を話したり書いたりして、他人に伝えることができる	『選択の表明』
5	治療やケアの希望やその理由が言える	『論理的な思考』
望ましい状況		
1	身体症状がコントロールされている	
2	医療者 (ACP 支援者) と信頼関係がある	
1 つでも当てはまれば ACP を始めてもよいと考えられる状況		具体例
1	今後のことや自分の思いを話している	
	将来のこと	「先のことを考えると早めに身の回りの整理をしておかなくてはと思う」 「子供たちは仲良くやってくれるだろうか」 「障害を持っている子供を残していくことだけが気がかりです」
	家族に対する思いや考え	「先のことを考えると、家族が困らないようにしておかなければ」 「自分が動けなくなったとき、家族の負担にならないようにしたい」 「家で過ごしたいけど、家族に迷惑をかけてしまうのではないかな」
	価値観	「自分のみじめな姿を見せたくない」 「これだけはやっておきたい」 「自分のことが自分でできなくなってまで、長く生きていたくない」
	過去を振り返り、自分の気持ちや希望を確かめる	「あの時は仕事に一生懸命だったけど、もっと身体を大切にすれば良かった」 「以前はどんな治療も頑張って受けようと思ったけど、最近はそうではない気がします」
	何かを仮定して、希望を示す	「もしも、この治療が終わって家に帰れるのなら、身の回りの整理をしたい」 「もしも、1週間でもいいから元気な自分を取り戻せたら家族で旅行に行きたい」
2	リビングウィル(生前の意思表示書)を持っている	「私は尊厳死協会に入会していて、リビングウィルを持っています」
3	終活について考えたことがある	「私の葬式はできるだけ簡単にしてほしい、と思っています」 「私の保険を家族が受け取れるようにしておかなくては」 「葬式やお墓について、考えておかなくてはと思います」

1つでも当てはまればACPを始めてもよいと考えられる状況		具体例
4	最期の療養場所の希望がある	「最期は自分の家でゆっくり過ごして最期を迎えたいな」 「安心できるので、最期はホスピスで過ごしたいです」 「本当は家で過ごしたい。でも家族に迷惑はかけられないので、最後は病院かなと思っています」
5	CPR（心肺蘇生）について意向がある	「もし治らない病気になったら、人工呼吸器はいりません」 「心臓マッサージは苦しいのでしてほしくないです」
6	過去の病気から学びを持っている	「病気になって一ついいことがありました。この病院の人たちに出会えたことです」 「今まで十分生きてきました。だから未練はありません。自然でいいです」 「病気になった時、困った時は誰かに頼っていいんだということを知りました」
7	現在の医療・ケアについて希望がある	「抗がん剤はもういいです。痛みを何とかしてほしいです」 「家族との時間を大切にしたいです。家族と一緒にいることが私にとって心の支えです」 「とても不安になります。心理的なサポートを受けたいです」
8	今後の療養を見据え、病状について知りたいと思っている	「家族とこれからの過ごし方を話し合うために、今後の病状について知りたいです」 「病状の進行に合わせて、どのようなサポートやケアが受けられるのか知りたいです」 「治療ができなくなったら、あとどのくらい生きられますか」

ACP unreadiness (ACP という話し合いをするための準備ができていないこと)

1	疾患に対する治療の開始時	根治手術の前、1st-line 化学療法の前
2	否認（病状を認めない、考えないことで葛藤や不安に対処すること）	「まだそんな状況じゃないと思います。どうしてそんな話をされるのでしょうか」 「私には関係ない話だと思う」 「まだ病気を治す方法は必ずあると思います。もと他の意見も聞いてみた」
3	逃避（現在の状況を心理的にも物理的にも逃れようとする心の働き）	「先生の話聞くのがつらいです。自分の状態を知ることが怖いです」 「治療の選択肢について聞いたけれど、どれも怖くて決められないんです。現実から逃げたいです」 「今は考えたくありません」
4	治療に対する強いこだわり	「先生に何とか治してほしいんです」 「治療には何がありますか？保険のきかないものでもいいので、説明が聞きたいです」