

## 千葉県医師会作成「私のリビングウィル」の記載ガイドライン

1. 自分らしい最期を迎えるために「私のリビングウィル」として意思を明確にする希望があるときに医療機関で診察の医師等にご相談ください。

2. 「項目」を読み、同意する場合・同意しない場合

### 同意する場合

「私のリビングウィル」の項目ごとに〈する・しない〉の欄で、「する」を○で囲んで下さい。

### 同意しない場合

「私のリビングウィル」の項目ごとに〈する・しない〉の欄で、「しない」を○で囲んで下さい。

3. 署名欄について

ご本人の他、同居のご家族のご署名と押印をしてください。同居のご家族がない時は、ご親戚等にご相談ください。「私の思う代理人」とは、法的な代理人に限りません。

4. 「自分の希望で、家族等に伝えたい事」について

(1) 私が日常生活を送る上で必要な財産管理や身の回りのこと

- ① 家族に伝えている時は、「家族に伝えています。」の前の□に✓を入れ、(名 )に伝えている家族の名前を記入してください。
- ② 家族以外に伝えている時は、「 \_\_\_\_\_ さんに伝えてあります。」の前の□に✓を入れ、 \_\_\_\_\_ 空欄に伝えている方の名前を記入してください。
- ③ 成年後見制度に従って欲しい時は、「成年後見制度に従ってください。」の前の□に✓を入れてください。

(2) 尊厳を持ちながら自分らしく最期まで生き抜くために

- ① お気に入りの食事(朝はご飯とみそ汁等)やお酒等の嗜好品について記入してください。
- ② お散歩、テレビ番組等日課になっていることについて記入してください。
- ③ 好きなもの(動物、花等)、好きなこと(読書、音楽、踊り等)、身に付けていたいもの(思い出の品)について記入してください。
- ④ 夢や実現したいこと、やっておきたい事について記入してください。
- ⑤ 大切な思い出、幸せだった時期について記入してください。
- ⑥ 信仰する宗教、または伝えたい自分の考えや思い・主張について記入してください。

※もしものときには、この「私のリビングウィル」は強制力はありませんが、ご本人の意思が最優先に尊重されますので、今の気持ちを記入してください。又、この「私のリビングウィル」は、何時でも変更・更新できますので、記入したことが変わった時や誕生日等決めた日に定期的に見直しをしてください。

## 千葉県医師会作成「私のリビングウィル」の1～6の説明

### 1. 「あらゆる活動による延命を希望する」とは

「私のリビングウィル」 2～4の項目全てを希望することです。

〈する〉を選択したときには、2～4の選択は不要ですので、5に進んで下さい。

この「私のリビングウィル」の延命とは、回復の見込みのない終末期での事を指します。

### 2. 「自分の口から栄養を摂れなくなった時に継続的に医療的手段を活用すること」について

#### 胃ろうによる栄養補給・鼻チューブによる栄養補給

- ・事前に内視鏡と若干の器具を用い、局所麻酔下に開腹することなく栄養補給のための胃ろうを作る手術(経皮内視鏡的胃ろう造設術)を受ける必要があります。鼻チューブよりも一般的に管理しやすい方法です。
- ・胃ろうや鼻チューブでは、つねに栄養補給ができます。しかし、終末期の状態では供給された栄養を十分に体内に取り入れることができないため、徐々に低栄養になります。また、栄養剤が食道から口の中に逆流して肺炎を合併することがあります。

#### 高カロリー輸液(IVH)による栄養補給

- ・太い静脈に点滴チューブを通し、栄養を持続的に血管内に入れる方法ですが、胃ろう・鼻チューブでの栄養補給の時と同様、終末期では徐々に低栄養になります。また、点滴チューブを介した感染症を起こすことがあります。

### 3. 「自力で呼吸ができなくなった時に、継続的に医療的手段を活用すること」について

延命のために人工呼吸器を装着後、終末期の疾患の違いにより、死亡するまでの期間は異なります。

### 4. 「自力で心臓が動かなくなった時に、長期間にわたり医療的手段を活用すること」について

#### 心臓マッサージ等の心肺蘇生

- ・心肺蘇生とは、死が迫ったときに行われる、心臓マッサージ、気管挿管、気管切開、人工呼吸器の装着、昇圧剤の投与等の医療行為をいいます。
- ・心臓マッサージをすると、心臓が一時的に動き出すことがあります。
- ・気管挿管の場合、必ずしもすぐに人工呼吸器を装着する訳ではなく、多くの場合、手動のバック(アンビューバック)を連結して医療スタッフが呼吸補助をします。この行為により、一時的に呼吸が戻るがあります。

5. 「延命を目的としない苦痛や疼痛の軽減」について

苦痛や疼痛への対応についての基本的な希望

- ・強い鎮痛薬(麻薬系鎮痛薬等)で痛みを抑えると意識が低下する場合があります。
- ・鎮静剤を使うと、意識は低下し、副作用で呼吸が抑えられることが多くあります。

6. 「その他」について

(例)

延命処置は希望しないが、自力で呼吸ができ、心臓が動いていれば、水分補給と疼痛の軽減は希望する。

点滴による水分補給

- ・すぐに重度の脱水にならないようにできますが、栄養はほとんどなく次第に低栄養が進行します。

鎮痛薬や鎮静剤の使い方

- ・ある程度痛みがあっても、強い薬で意識レベルを低下させることは避けてほしいという希望があるかどうかを確認します。