

人生の最期をどのように過ごしていきたいですか。
 ※ご本人がお話しできないときは、以前の意思をお知らせください。

◆ 看取りが近づいた時の状態変化【参考】

	数週間から1週間前	数日前	48時間前から直前
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・ 飲食がかなり減少する。 ・ 錠剤が飲めなくなる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 一回にごく少量の水分しか飲めない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 飲み込みができなくなる。
意識	<ul style="list-style-type: none"> ・ うとうとして寝ている時間が多くなる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ わからないことを言う。 ・ 混乱する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 反応がほぼなくなる。
呼吸	<ul style="list-style-type: none"> ・ 息切れや息苦しさを感ずることがある。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 呼吸のリズムが変化する。 ・ のどがゴロゴロいう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 肩や顎だけで行う呼吸となる。
循環	<ul style="list-style-type: none"> ・ 血圧はまだ保たれている。 ・ 脈が少し速くなる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 血圧が下がり始める。 ・ 尿が減る、尿が濃くなる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 血圧がさらに下がり、手足が紫色で、冷たくなる。 ・ 尿が出なくなる。

◆ 看取りが近づいた時のケアのポイント

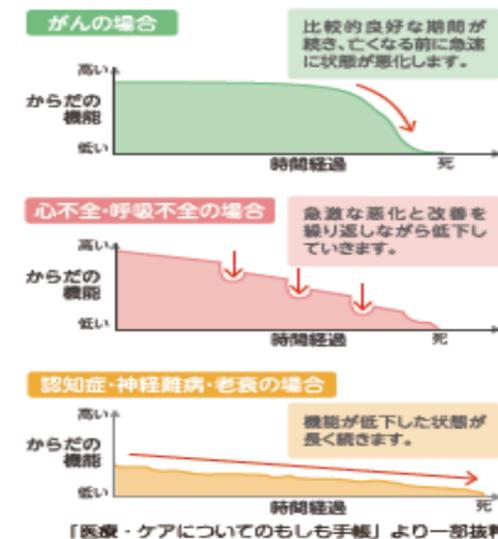
👉 病気などの種類によって、異なる看取り期の対応を主治医や訪問看護師と共有しておきましょう。

	数週間から1週間前	数日前	48時間前から直前
食事	<ul style="list-style-type: none"> ★ 低下していく嚥下機能に合わせ食形態を工夫します。 ★ 本人がおいしいと感じられることが大切です。 ★ 栄養にこだわらず、食べたいものを選びます。 	<p>ごく少量の水分しか飲めない場合</p> <ul style="list-style-type: none"> 少量の水分をムセないように飲むようにします。 口腔内が乾燥するため、保湿をします。(スプレー、ゲル剤等) 口腔ケアを行います。 	<p>水分も飲み込めなくなる場合</p> <ul style="list-style-type: none"> 口腔内を潤し、乾燥を防ぎます。(スプレー、ゲル剤等) 口腔ケアも重要です。
意識	<ul style="list-style-type: none"> ★ 本人の望みをできるだけ叶えるケアが大切です。 ★ 調子の良い時は、会いたい方との大切な時間を過ごせるようにします。 	<p>つじつまの合わないことを言う場合</p> <ul style="list-style-type: none"> 否定せず、本人が安心できるよう対応、普段どおりの声がけや、手足にやさしく触れると、温かさは伝わります。 <p>混乱がひどく興奮が激しい場合</p> <ul style="list-style-type: none"> 何もしないのではなく、今まで本人が好きだった音楽を聞いてもらったり、快適と感じていたケアや声かけなど、尊厳を持った対応をします。 <p>声がけに反応が少なくなった場合</p> <ul style="list-style-type: none"> 落ち着いて様子を見てから、場合によっては、ケアマネジャー、医師や訪問看護師に相談します。 	
呼吸	<p>環境調整</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 部屋の温度、新鮮な空気を取り入れる等工夫をします。 <p>息切れや息苦しきがある場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 楽な姿勢として、枕を使う、ベッドの角度の調整、頭の位置を工夫します。 	<p>痰・のどがゴロゴロがある場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 姿勢を工夫します。(首を横に向けるなど) ・ 口腔内の唾液や痰をこまめにぬぐいます。 ・ 痰やのどがゴロゴロしている状況をケアマネジャー、医師や訪問看護師に相談します。 	<p>あえぐような呼吸がある場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 苦しそうに見えるが慌てずに、楽になるからだの向きを工夫します。
全身状態	<p>清潔ケアについて</p> <ul style="list-style-type: none"> 虚弱が進むため、医師や訪問看護師と相談しながら、本人の希望をもとに世話をします。(入浴、洗髪、清拭、手浴、足浴、陰部洗浄、口の中をきれいにする) <p>楽な姿勢を保てる工夫</p> <ul style="list-style-type: none"> 倦怠感が強くなるので、状態の変化に合わせて、福祉用具(ベッド、除圧マットレス、エアマットレス、クッション等)のすみやかな選定・変更を検討するとともに、床ずれの予防と早期発見を心がけます。 <p>排泄について</p> <ul style="list-style-type: none"> 本人の希望と状態に合わせた排泄方法の選択について医師や訪問看護師に相談しましょう。 		

※ 医師・看護師・薬剤師に、苦痛の緩和や状態の変化など不安や疑問があった時は相談しましょう。

◆ 老い衰えの経過(代表例)

病気などの種類によって、からだの機能の衰え方は異なります。



◆ 看取り期に向けた視点

【本人の意思決定の支援】

- 人生の最期をどのように過ごしたいか、本人と話し合います。
- 本人の意向は、何度でも変わってよいのでその都度伝えましょう。

【看取りのプロセスについての理解】

- 左の図を参考に、看取りが近づいた時の本人のからだの変化やケアについて、漠然とでもイメージを持ちましょう。

【必要なケアの検討】

本人の状態悪化を予測し、在宅での介護の環境を整えましょう。

- ベッド 排泄用具 車いす
- 床ずれ防止マット 手すり

看取り期を自宅で過ごしたい場合、

- 訪問診療 訪問看護 訪問歯科
 - 訪問介護 薬局
- につながっていますか。

本人の状態変化の見通しなどについて情報の共有ができていますか。

- 医師 訪問看護師 薬剤師
- ケアマネジャー 訪問介護士
- 看取りに向け、本人を支える体制は整っていますか。
- 緊急時の主治医や訪問看護師等の連絡先の確認はできていますか。