

大切な方々や介護者と、病気の 話をすることについて

Talking about your illness with loved ones and caregivers

この冊子は、ご自分の病気や将来のことを大切な身内の方に話されるときに役だてていただけるものです。これは、あなたがすでに医師と話をした内容に基づくものです。

病気のことを友人や家族に話すのは、簡単ではないかもしれませんが、それによって、あなたにとって何が重要なのかを理解してもらいやすくなります。あなたとあなたの意思決定のサポートも、してもらいやすくなるでしょう。

大切な方々に話をする前に、いつ、どこで話すか考えてください。あなたがリラックスできる時と場所を選びましょう。

ゆっくり話せるだけの時間があることを確認してください。この冊子の中にある言葉で、あるいは自分の言葉で、ご自分のやりやすい方法で話してください。



How you want to be treated.



Promoting wellness. Ensuring care.

お助けヒント (TIPS) :

あなたがリラックスできてゆっくり話せるタイミングを選ぶ。

あなたのくつろげる場所を選ぶ。

黒字部分をそのまま読み上げるか、または自分の表現を使って。どちらでもやりやすい方法で。

会話を始める

(Start the conversation)

今は大丈夫で、すぐどうこうということではないけれども、私の将来的なケアに関する話を始めた方がいいと担当医に勧められました。

事前準備をした方がいいし、また医療ケアに関する私の目標と希望を知りたいということです。

あなたは私の大事な人なので、この話をするときに、あなたにも加わって欲しいのです。

もし、私が自分で話せない状態に陥ったら、私に関することをあなたに決めてもらいたいのです。

大切な方と確認する事項

(Check in with your loved one)

理 (UNDERSTANDING)

私の今の病状をどのように理解していますか？

情報 (INFORMATION)

辛いかもしれないけど、私の病気の状態をあなたに伝えておきたいのです。大丈夫ですか？

この先おそらくどうなってゆくかに関して、どの程度私から話しましょうか？

今後の見通しについては、担当医とすでに話し済みです-あなたにもお話してよいですか？

大事なことを伝える

(Share what is important to you)

標と希望 (GOALS & WISHES)

健康上の意思決定に関わるかもしれない私の目標のいくつかを知っておいてもらいたいです。やっておきたいことの例をあげると、、、

例：新しい孫に会いたい、次の誕生日を祝いたい、など。

恐れと心配 (FEARS & WORRIES)

自分の病気に関してこの先、一番怖くて心配なことは、、、

例：自分で意思決定ができなくなる、または、簡単なことでも誰かにやってもらわなくてはいけなくなる。

出来るかどうか (ABILITIES)

こんなことが自分でできなくなるなんて考えられない、、、

例：人の認識ができない、または交流ができなくなる、自分の世話ができなくなる、など。

難しい選択 (TOUGH CHOICES)

辛くてもっと時間のかかる複数の治療選択肢から選択を迫られるかもしれないことは分かっています。

例：入院、チューブでの栄養、介護施設、機械での呼吸、化学療法をもっと行う、など。

こうした選択肢に関して私の考えは、、、

話す機会をまた設ける

(Plan to talk again)

これまでに話し合ったことに関して何か質問はありますか？

治療が進んだ段階でまた、私の病気と医療ケアの話をあなたとしたいのですが、いいですか？

ちょっと辛い話だったかもしれませんが、話し終わった今、どう感じていますか？

ほかに話した方がいい人が誰かいますか？

