



リビング・ウィルと その他のアドバンス・ディレクティブ

自分で意志を表明できなくなった場合にどのような医療を自分は望むかを前もって文書しておく

このシオリはリビングウィルとその他の種類のアドバンスディレクティブについて基本的なインフォメーションを提供しています。

アドバンス・ディレクティブとは何か？

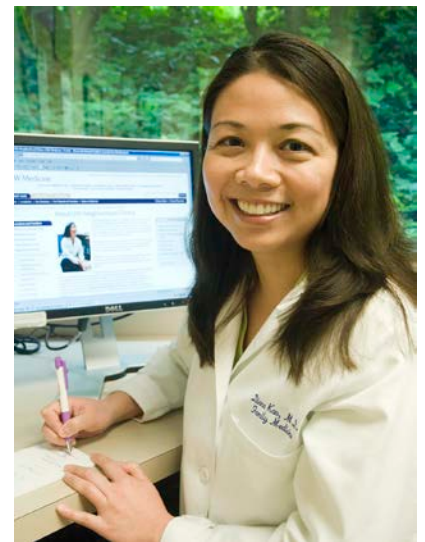
アドバンス・ディレクティブ（事前指示書）とは自分で意志表示ができなくなった場合に自分に対して行われる医療について、あらかじめ要望を明記しておく法的な文書です。“事前に”これらの書式に記入明記しておく、あなたの家族や友人、そして医療を行うプロバイダー（医師）はあなたが望む医療、または望まない医療を知ることができます。

アドバンス・ディレクティブは高齢者の為だけの物ではありません。予期しない事は年齢に関係なく起きる可能性があるため、アドバンス・ディレクティブを作っておく事は成人、誰にとっても大切なことです。18歳以上の人は誰でもアドバンス・ディレクティブを作ることができます。

重病や重傷で自分の意思を表せなくなった場合、自分はどのような医療を望みますか？

アドバンス・ヘルス・ケア・ディレクティブ（医療に関する事前指示書）とはあなた自身が自分の医療について望むことを示す指示文書です。重傷や重病で例えば、昏睡状態になり自分で意思表示できない状態になった場合に、あなたが望む医療をこの指示書に明記することができます。

事前指示文書があると家族の方々の間や医療を行う医師の間で、困惑や意見の不一致を少なくすることが出来ます。あなたが自分の意志を表明できなくなった場合にはあなたの家族と医師は法律に従って、あなたのアドバンス・ディレクティブに書かれた指示に従わなければなりません。



あなたの医師はあなたが自分の意思を表明できなくなった場合には法律に従ってアドバンス・ディレクティブの指示に従わなければなりません。

アドバンス・ディレクティブの種類

アドバンス・ディレクティブ（事前指示書）にはいくつかの種類があります。最も一般的なものは：

リビング・ウィル（Living Will）

リビング・ウィルではあなたが生きるか死ぬかの危篤状態になった場合に自分ほどの様な医療処置を望むか、または、望まないかを表明します。州によってはこのリビング・ウィルをヘルス・ケア・ディレクティブ（*health care directives*）またはヘルス・ケア・デklarレーション（*health care declarations*）と呼びます。

あなたは自分のリビング・ウィルで次の様なことを望むかどうかを具体的に指示することができます：

- 腎臓機能が停止した場合は透析を行う
- 肺の機能が停止した場合は呼吸器(人工呼吸器)を使う
- 呼吸あるいは心臓が停止した場合は蘇生（心肺蘇生術／CPR）を行う
- 自分で食べたり飲んだり出来なくなった場合は管を通して食べる
- 死後にあなたの臓器や体の組織を寄付する

リビング・ウィル（living will）は遺言状（last will および testament）と同じではありません。遺言状は自分の金銭や資産を自分の死後にどの様にしたいかを述べるものです。

医療判断代理委任状（Durable Power of Attorney for Health Care）

医療判断代理委任状ではあなたが自分の医療について判断をすることが出来なくなった場合にあなたの為に判断する人を指名します。この人物はあなたの医療判断のための代理人、または代行者です。あなたは第一の代理人が代行できない場合に備えて第二の代理人を指名することも出来ます。

医療判断代理委任状（Durable Power of Attorney for Health Care）は、英語で **Medical Power of Attorney** とも呼ばれます。これは金銭面の代理委任状（**Financial Power of Attorney**）と同じではありません。（金銭面の代理人はあなたが自分で金銭に関して決断ができなくなった場合にあなたの為に判断するようあなたが選ぶ人です。）

蘇生処置拒否指示（Do Not Resuscitate Order）

蘇生処置拒否指示（DNR 指示）は心臓停止または呼吸停止した場合に心肺蘇生術（CPR）を行わないように要請する指示書です。DNR 指示はアドバンス・ディレクティブ（事前指示書）を作らなくても用意する事が出来ます。あなたが医師に頼めば、医師が DNR 指示をあなたの医療カルテに加えることが出来ます。

DNR 指示は *do not attempt resuscitation* を略して DNAR 指示と呼ばれることもあります。DNR 指示をあなたが持っている場合には、医療チームはあなたが楽であるように維持し続けることを知っておいて下さい。

延命治療に関する医師の指示 (Physician Order for Life-Sustaining Treatment)

延命治療に関する医師の指示書 (POLST 指示書) はアドバンス・ディレクティブ(事前指示書) の中でもより新しい種類の指示書です。この指示書は裏表両面の書式で、望むことに印を入れる欄があります。これを有効にするためには医師、ナース・プラクティショナー (NP)、フィジシャン・アシスタント (PA) のいずれかの署名が必要です。

署名済みの POLST 指示書はあなたがどの医療施設にいてもあなた自身が望む末期医療が行われることを確実にするために役立ちます。あなたが医療を受けるところが変わったとしても、この指示書はあなたについて移動し、医師の指令としての効力をもちます。

記入を終えて署名をした POLST 指示書はご自宅の見つけ安いところに保管して下さい。例えば、冷蔵庫に貼るとか薬箱に入れておくとか、または、ナイトスタンドの上に置くとかです。自宅、病院、療養所、長期介護施設に限らず、医療が行われる他の設定でもこの指示書に記された指令は有効です。

UWMC に入院する際に、心肺停止した場合にあなたは心肺蘇生を望まないと書いてある医師の指示書 (POLST 指示書) を持っている場合には、蘇生処置拒否指示 (DNR 指示) を始められるようにその指示書をあなたの医師に見せて下さい (2 ページの“蘇生処置拒否指示”をご覧ください。) UWMC はあなたの医師が書いた蘇生処置拒否指示 (DNR 指示) を受け取るまであなたの POLST 指示書を尊重します。

POLST 指示書はリビング・ウィルや医療判断代理委任状の様な他のアドバンス・ディレクティブ (事前指示書) の代わりにはなりません。POLST 指示書を用意するためにこれらの指示書は必要ではありませんが、作成しておくことをお勧めします。

末期治療および他の医療のための計画をする

怪我や病気や死について話すことは容易な事ではありません。しかし、前もって計画しておく事はあなたの望み通りの医療が受けられるようにするために役立ちます。また、あなたの家族はあなたが何を望むかを推測する必要がなくなるということにもなります。

アドバンス・ディレクティブ (事前指示書) を作ることをあなたの身近な方々に話すことから始めると良いでしょう。医療についてあなたが思うこと、特殊な状況においてあなたは何をしてもらいたいかを話して下さい。

あなたのご両親や家族の方々にもご本人のアドバンス・ディレクティブを作るよう薦めると良いかもしれません。あなたとご家族の他の方々が本人が望むことを知っておくことは大切なことだと説明して下さい。現実的に考えて再確認をするというつもりでこの話題について話す良いでしょう。

リビング・ウィルは起こる可能性がある全ての状況に対応することは出来ません。それ故に、医療判断代理委任状 (durable power of attorney for health care) も用意しておくとい良いでしょう。この代理人はあなたの医療判断のための代理人でああなたのリビング・ウィルに従いますが、あなたに代わって決断することも出来るので、あなたのリビング・ウィルに明記していない状況が発生した場合にも役立ちます。

医療判断のための代理人を選ぶ

自分の医療の為に代理人を務めてくれる人を決めることは非常に重要な決断です。その人はあなたの望みを理解しあなたの望むことを絶えず心して代理を務めてくれるとあなたが信用する必要があります。また、その医療決断をする代理人は分別があり責任を果たす事ができ、困難な話題について率直に話す事が出来る人であるべきです。その人を選びなければならないと感じるからという理由で代理人に決めないで下さい。

あなたの医療判断のための代理人はあなたの家族の方でなくても良いです。金銭面の事柄に携わってもらう為にあなたが選んだ人ではなく、別の人を医療判断してもらう人を選んで良いです。あなたと同じ市、あるいは同じ州に住んでいる人が便利かもしれません。

ワシントン州の法律では、代理委任状がなくてもあなたの配偶者、レジスタード・ドメスティック・パートナー、成人した子供、両親、成人した兄弟姉妹(この順番で)があなたの為に医療について決断することが許されている事を知っておいて下さい。それ故に、医療の決断を他の人にしてもらいたいとあなたが望む場合や、決断してもらう人の優先順を変えたい場合には、医療判断代理委任状 (**durable power of attorney for health care**) を作っておくことが特に重要です。

また、万が一、あなたの家族の何人かの方、あるいは家族全員があなたが望む末期医療の内容に同意しない場合に備えて、医療判断のための代理人を指名しておくことは良い考えかもしれません。

どの様な治療を望みますか？

どの様な治療を自分は望むかを決めるに当たり、クオリティー・オブ・ライフ (生活の質) についてあなたの価値観やあなたが感じることを考えて下さい。どの様な状態になった場合に生きる価値がないとあなたは感じますか？ 次の様なことをあなたは希望しますか？

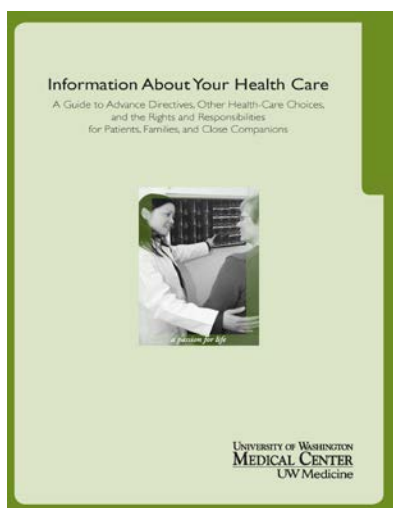
- いかなる状況であろうとも延命治療を望みますか？
- 治癒が可能な場合にのみ治療を望みますか？
- **緩和ケア (Palliative care)** を望みますか？これは痛みと不快感を和らげる医療で、治癒のための医療ではありません。治癒が不可能な場合の末期によく行われます。

自分にどの様な健康上の問題が発生するか予想できなくても、末期に行うことが可能な医療について自分の医師と話すことが出来ます。

あなたが在住する州の書式に記入する

アドバンス・ディレクティブ (事前指示書) は文書でなければなりません。ご自分で書式に記入する事が出来ますが弁護士に相談しても良いでしょう。

UWMC の “あなたのヘルス・ケアについてのインフォメーション (Information About Your Health Care)” という小冊子の中にワシントン州用の書式を用意しています。あなたの医療に携わっているスタッフに頼んでこの小冊子をもって下さい。この小冊子の終りに医療指示状 (**Health Care Directive**) と医療判断代理委任状 (**Durable Power of Attorney for Health Care**) の書式の折り込みがあります。



UWMC の “あなたのヘルス・ケアについてのインフォメーション” という小冊子に医療指示状と医療判断代理委任状の書式が入っています。

また、インターネットで他の州用の書式を見つけることができます。全国ホスピスと緩和ケア協会 (**National Hospice Palliative Care Organization**) のウェブサイト、www.nhpco.org に無料の書式があります。アドバンス・ディレクティブ（事前指示書）について各州それぞれの法律があります。但し、もしあなたが他の州から来られた方で、あなたの州の書式に既に記入して用意している場合、UWMC で医療を受ける際には、ワシントン州の法律が適用されることをご了解下さい。

複写をあなたの医師、医療判断代理人、家族の方に渡しておく

書式に書き込んだら、その複写をあなたの医師と医療判断のための代理人とご家族の方に渡して下さい。アドバンス・ディレクティブ（事前指示書）は、必要になった時にあなたの身近な方々が探し難い貸金庫のような場所には保管しないで下さい。

あなたの車のダッシュボードの中に文書の複写を保管するというのはどうでしょうか。もし入院する場合にはこの文書を持参して下さい。そして、その文書を持って来ていることを医師に伝え、あなたの医療カルテに入れるようにして下さい。

時々、自分のアドバンス・ディレクティブを見直して下さい

あなたの健康状態や信念が変わってアドバンス・ディレクティブ（事前指示書）の内容を変えたいと思うかもしれません。指示の内容を変更したいかどうか、時々ご自分のアドバンス・ディレクティブを読み直して下さい。いつでも自分のアドバンス・ディレクティブについて気持ちを変える事が出来ます。— 変更がある場合には、必ず、新しい書式に記入し直し、新しい日付を入れて、その複写をあなたの医師と医療判断のための代理人と家族の方々に渡して下さい。

また、今の時点であなたが書いたアドバンス・ディレクティブは将来には可能になるかもしれない治療については対応していないことも考えて下さい。これは、ご自分のアドバンス・ディレクティブ（事前指示書）を時々見直すもう1つの理由でもあります。あなたは新しい治療を含む変更をしたいと思うかもしれません。

ご質問は？

あなたからの質問は重要です。何か質問や気になることがあれば、あなたの医師、あるいは、あなたの医療に携わるプロバイダーに電話して下さい。

Living Wills and Other Advance Directives

Writing down your choices for health care for times when you cannot speak for yourself

This handout gives basic information about living wills and other types of advance directives.

What are advance directives?

Advance directives are legal documents that state your choices about your health care if you are not able to speak for yourself. You fill out these forms “in advance” so that your family, friends, and health care providers know what medical care you would want and would not want.

Advance directives are not just for older adults. Unexpected events can happen at any age, so it is important for all adults to have advance directives. Anyone age 18 or older may prepare advance directives.

What kind of medical care would you want if you were too ill or too badly injured to express your wishes?

Advance health care directives are your written instructions about your medical care choices. They can do things like describe what treatment you would want if you have a serious accident or illness and you cannot speak for yourself – for instance, if you are in a coma.

Having written instructions can help reduce confusion or disagreement among your family members and health care providers. Your family and doctors are required by law to follow the instructions in your advance directives if you cannot express your wishes.



Your doctors are required by law to follow the instructions in your advance directives, if you cannot express your wishes.

Types of Advance Directives

There are several types of advance directives. Some of the most common ones are:

Living Will

Your living will states what medical treatments and measures you do and do not want if you are in a life-or-death situation. In some states, living wills are called *health care directives* or *health care declarations*.

Your living will may specify whether you would want:

- Dialysis to filter your urine, if your kidneys stop working
- A breathing machine (*ventilator*), if your lungs stop working
- To be *resuscitated* (receive CPR), if you stop breathing or your heart stops beating
- To be fed through a tube, if you cannot eat or drink on your own
- To donate your organs or other body tissues after your death

Please note that a living will is NOT the same as a last will and testament. A last will and testament states how a person would like their money and other property to be distributed when they die.

Durable Power of Attorney for Health Care

Your *durable power of attorney for health care* names one person to make medical decisions for you if you cannot make these decisions. This person is your *health care agent* or *proxy*. You can also name a second person as your health care agent in case the first person you name is unable to serve in this role.

Durable power of attorney for health care is sometimes called *medical power of attorney*. This is **NOT** the same as a financial power of attorney. (A financial power of attorney is a person you choose to make financial decisions for you if you cannot make those decisions yourself.)

Do Not Resuscitate Order

A *do not resuscitate* (DNR) *order* is a request **not** to have *cardiopulmonary resuscitation* (CPR) if your heart stops beating or if you stop breathing. Advance directives do not have to include a DNR order. You do not have to have an advance directive to have a DNR order. Your doctor can put a DNR order in your medical chart if you ask for one.

A DNR order may also be called a DNAR, which stands for *do not attempt resuscitation*. Know that your health care team will continue to keep you comfortable if you have a DNR order.

Physician Order for Life-Sustaining Treatment

The *Physician Order for Life-Sustaining Treatment* (POLST) form is a newer kind of advance directive. It is a 2-sided form with boxes to check that indicate your wishes. It must be signed by a doctor, nurse practitioner (NP), or physician's assistant (PA) to be valid.

A signed POLST form helps ensure that your wishes for end-of-life care will be carried out no matter what health care facility you are in. It travels with you from one care setting to another, and it acts as a set of doctor's orders.

Keep your filled-out and signed POLST form at home in a place where it can be found easily, such as on your refrigerator, in your medicine cabinet, or on your nightstand. The orders on the form are valid if you receive medical care at home or in a hospital, nursing home, long-term care facility, or any other health care setting.

If you are admitted to UWMC and you have a POLST form that says you do not want CPR if your heart or breathing stops, show your form to your doctor so that your DNR order can be started (see "Do Not Resuscitate Order" on page 2). UWMC will honor your POLST form until we receive your doctor's written DNR orders.

A POLST form does not replace other advance directives, such as a living will or durable power of attorney for health care. You do not need these directives to have a POLST form, but it is recommended that you do.

Planning for End-of-Life Care and Other Health Care Issues

Injury, illness, and death are not easy to talk about. But, planning ahead ensures that you receive the type of medical care you would want. It also means that your family will not have to guess at what you would want.

You can start by telling your loved ones that you are creating advance directives. Explain your feelings about medical care and what you would want done in specific situations.

You may want to encourage your parents or other family members to create their own advance directives. Explain that it is important for you and the rest of the family to know what they would want. It often helps to talk about the subject in a matter-of-fact and reassuring way.

Keep in mind that a living will cannot cover every situation that might arise. Because of this, you may also want a *durable power of attorney for health care*. This person is your *health care agent* and will be guided by your living will but will also be able to make decisions for you. This could be helpful if situations that are not described in your living will arise.

Choosing Your Health Care Agent

Choosing someone to act as your health care agent is one of your most important decisions. You need to trust that this person understands your wishes and will act with them in mind. Your health care agent should also be mature and responsible, and be able to talk openly about difficult topics. Do **not** pick someone because you feel you **should** pick that person.

Your health care agent does not have to be a family member. You may want your health care decision maker to be different from the person you choose to handle your financial matters. It may be helpful if the person lives in the same city or state as you.

You should know that under Washington law, your spouse or registered domestic partner, your adult children, your parents, and your adult siblings (in that order) may make health care decisions for you even **without** a durable power of attorney. So it is especially important for you to have a durable power of attorney for health care if you want **someone else** to make your health care decisions, or if you want a different order of decision-makers.

Naming a health care agent may also be a good idea if some or all of your family do not agree with your wishes for end-of-life care.

What treatments would you want?

In deciding what treatments you want, think about your values and your feelings about your quality of life. What do you feel would make your life not worth living? Would you want:

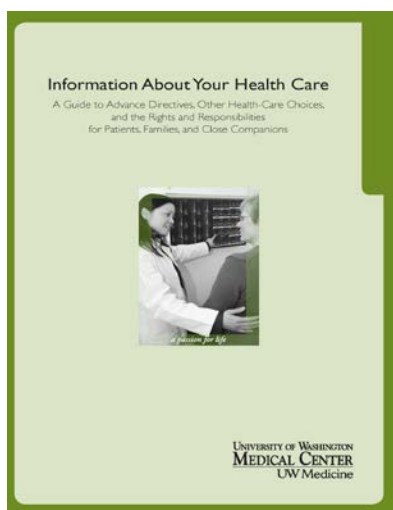
- Treatment to extend your life in **any** situation?
- Treatment **only** if a cure is possible?
- **Palliative care?** This is care to ease pain and discomfort but not to cure. It is often given at the end of life when a cure is not possible.

Even though you cannot predict what health issues will arise for you, you can talk with your doctor about possible treatments during end-of-life care.

Fill Out the Forms for Your State of Residence

Your advance directives must be in writing. You can fill out the forms on your own, but you may also want to talk with a lawyer.

At UWMC, we have the forms for Washington state in a special booklet. Ask any member of your health care team for a copy of “Information About Your Health Care.” You will find blank forms for a *Health Care Directive* and *Durable Power of Attorney for Health Care* in the back of the booklet.



UWMC's booklet "Information About Your Health Care" has blank forms for a Health Care Directive and Durable Power of Attorney for Health Care.

You can also find the forms for other states on the Internet. The National Hospice and Palliative Care Organization has free forms on its website at www.nhpco.org. Each state has its own laws about advance directives. But, if you are from out of state and have filled out your state's forms, be aware that Washington law is in effect if you are being cared for at UWMC.

Give Copies to Your Doctor, Health Care Agent, and Family Member

After you fill out the forms, give copies to your doctor, your health care agent, and your family members. Do **not** put your advance directives someplace where they are hard to get to, like a safe-deposit box. That would only make it hard for your loved ones to find the forms if needed.

Consider putting a copy of the forms in the glove compartment of your car. If you have a planned stay in the hospital, bring the forms with you. Tell your health care providers that you brought them and you would like them to be put in your medical chart.

Review Your Advance Directives from Time to Time

As your health or beliefs change, you might want to change some of your advance directives. Read over your advance directives from time to time to see if you want to revise any of the instructions. You can change your mind about your advance directives at any time – just be sure that you fill out and date new forms and give copies to your doctor, health care agent, and family members.

Also consider that advance directives you write today do not account for medical treatments that might be available in the future. This is another reason to review your advance directives from time to time. You might want to make changes that include new medical treatments.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns.
