

脳卒中を経験されたあなたへ

脳卒中という突然のたいへんな病気から、一つの大きな山を乗り越えたあなたやご家族は今、ほっと一息ついておられるでしょう。

けれどもまだ完全に治ったわけではない状態ですから、ひと安心とともに、「これからの生活はどうなるのだろう？」といった不安やとまどいを感じておられることでしょう。

このノートは、そんなあなたの「いまの気持ちや思い」、そして「これからの望み」を考え、整理しながら、書き上げていって、ご家族や大切な人たちにもあなたの考えをわかってもらい、共有する道具です。



自分の気持ちを伝えるノート

脳卒中サポートノートとは



脳卒中サポートノートはこちらから

自分の気持ちを伝える「脳卒中サポートノート」

なぜ「脳卒中サポートノート」か？



病状が悪化したときに、あらかじめどんな治療やケアを受けたいかについての事前の意思表示を、発病する前に伝えていた患者さんは、脳卒中のわずか1.9%だったことが、厚労省研究班の調査で明らかになりました。



このノートは、病状が悪化して意思表示がむずかしい時にそなえて、あらかじめどのような治療を受けたいかについて、家族など信頼できる人たちと話し合っ、希望を書いておくことを助けるためのものです。



このノートは、あなたの気持ちを整理した記録です。これを書いたからといって、2度と書き直すことができなかったり、またご家族などがそれにしばれることもありません。ですが、あなたの気持ちをこのノートに書き記すことで、ご家族などがそれを理解して、医師にもそれが伝わり、あなたの意思を尊重した治療や措置をとってくれるはずです。

ノートの中身を見てみよう

1. 自分をふりかえる

脳卒中になる前やなってからのこと、仕事や家族のことなど、自分の気持ちをすこし整理してみましょう。これからも療養が続く中で、このノートに書き込むことが、自分自身を見つめ直す大切な時間にもなります。

3. もしもの時に備える

(人生会議／アドバンスケアプランニング (ACP))

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族や信頼できる人、医療ケアチームと一緒に繰り返し話し合い、共有する取り組みを人生会議／アドバンスケアプランニング (ACP) といいます。脳卒中が再発したり、病状が重くなったり、ほかの病気にかかったりした場合の治療やケアについて、事前に考えておきましょう。

2. これからの生活を考える

退院後の生活で大切にしたいことや、できるだけ避けたくないことなどを記します。

これからの生活を安心してすごすことにつながるページです。

4. 役立つ情報を記録・管理

あなたのかかっている病院や治療内容、薬、療養費の補助や、医療・介護なども含めて利用できる社会福祉制度など、あなたや家族がこれから療養や生活をしていくうえで必要な情報を整理するページもあります。

脳卒中を
経験された
あなたへ
自分の気持ちを伝える

