

## 虹手帳の書き方の手引き

### \* 1 ページ

- 手帳を使用するにあたって説明  
内容を読み、同意した際の記載日と記載者の名前を記入します。

### \* 2 ページ

- 本人のプロフィール・必要な過去の情報を記載するページ
- 家族など緊急連絡先。何らかの緊急を要する際に利用しますが、①②の順で連絡します。
- 家族構成や嗜好品、今までの生活歴など
- 最後に記載した日の日付と記載した人の名前を記入します。



### \* 3 ページ



- 現在の運動機能や生活状況を記載するページ
- 当てはまる項目を○で囲み、最後に記載した日付や記載した人の名前を記入します。

### \* 4 ページ

- 現在、治療している病気とその治療内容を記載する欄です。分からなければ、担当のケアマネジャーさん等に聞いてみると良いでしょう。
- 薬の内容は、お薬手帳に貼る物を活用して貼っても良いでしょう。
- 最後に記載した日の日付と記載した人の名前を記入します。

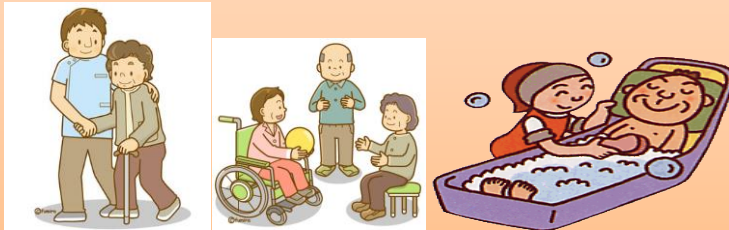


\* 5ページ

- 認知症の診断と進行度等について記載する欄です。この項目は、基本、主治医の先生に記載して頂く項目です。
- 認知症が無い方や必要のない方もいらっしゃると思いますが、必要でない方は記載しなくても大丈夫です。

\* 6ページ

- ここでは、介護保険の申請の有無とサービスの利用状況を記載していく欄です。
- 担当のケアマネジャーさんに記載してもらっても良いでしょう。ここを見て、主治医の先生もどのようなサービスを利用しているのか確認していける所になります。もちろん、ここでも最後に記載した日の日付と記載した人の名前を記入します。



\* 7ページ

- ここでは、人生の締めくくりについて考え記載していく欄です。自分の意思を表せなくなった時に活用していく所になります。

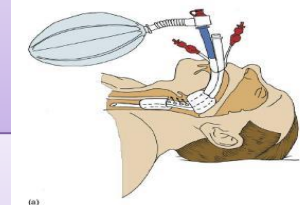
• 延命治療とは？

病状や衰弱が進み治療の回復の見込みがなく、やがて死を迎える段階で、いろいろな技術により生命の維持をはかる医療の事です。

• 呼吸が止まった場合

気管挿管

挿管チューブ（くだ）を口もしくは鼻から気管まで入れて人工呼吸器につながります。苦痛伴うため、鎮静薬である程度意識を下げたのち処置されます。緊急の場合に行われる行為なので長い期間、口や鼻からの人工呼吸を行なう事になれば気管切開が行われます。



気管切開

1～2週間を超えて、より長く人工呼吸器が必要な場合は、のどを切開して気管に穴を作り、そこに管を入れて人工呼吸器につながります。処置など身体への負担や慣れるまでの苦痛がある場合があります。

④一旦装着されると現在の日本では、本人や家族の要望があっても取り外す事は法的にはまだ完全には認められていません。

• 心臓が止まった場合

心臓マッサージ

心臓の拍動が停止している場合に、胸のあたり（胸骨）を圧迫して心臓から血液をからだ中に送り出し、また心臓の拍動を再開させるために行う方法です。また、医療機関では心臓の拍動の再開を促す薬が同時に使われます。



カウンターショック(電気ショック)

電力を通して、不整脈を整脈に回復させる方法です。心臓をはさむようしにして電極を皮膚に貼り付けて、短時間に大きい電流を通電します。緊急の場合、一般の方でも使用できるよう自動化された“AED”という機器もあります。なお、心臓マッサージとカウンターショックは組み合わせて行われます。



- 口から食べる事ができなくなった場合

### 点滴(高カロリー輸液も含む)

血管(静脈)を通して、水分や栄養分を補給します。カロリーを補給することができますが、一般に長期には使用されません。刺し口のばい菌感染等に注意が必要です。それに伴い刺し替えが必要になり、身体の負担や苦痛を伴う場合があります。



### 経鼻胃管栄養

鼻から胃(または腸)まで管を入れて流動食や水分を補給します。管がのどを通っている不快感があり、意識が下がっている場合に自分でその管を引き抜いてしまう事がありますが、胃ろうに比べて簡便な方法です。



### 胃ろう

胃に直接栄養を補給します。お腹に小さな切り口を作って、胃までトンネルの管を取り付けます。これを通じて胃に直接流動食を注入します。一旦つけると長期にわたって使用され、本人の意思に関わらず(意識が無くても)人工的に栄養を注入し続け得ることから、安易につけることの是非が大きく問われ始めています



いざという時に自分の意思が表せない事もあります。  
人生の締めくくりについて、家族と一緒に相談していくきっかけにもなるのではないのでしょうか。延命治療を望む?望まない?どのような治療を受けるのか決めていくのは自分です。

(一部宮崎市作成 わたしノートより抜粋)

\* 8ページ

- メモの欄で内容は自由に記載できるページです。本人の思いや家族の思い等を自由に記載してください。
- 日常生活の中で、認知症状で困っている事や悩んでいる事。こうすれば喜んでくれた。こういう事は好きだった等。
- 女性であれば、旧姓や生まれ育った土地なども分かるようにしていると良いかもしれません。
- 最後に記載した日の日付と記載した人の名前を記入します。

さいごに

この虹手帳は、いつでも更新し書き換える事ができます。そのために日付を記載していく事にしています。本人、家族、そして本人を支援する人に共通して分かってもらうための手帳です。ポケットサイズになっていますので、バックの中に入れ持ち歩いていただき、活用して頂きたいと思います。

何か、ご不明な点などがあればご相談ください。