

## PICS (Post Intensive Care Syndrome : 集中治療後症候群) をご存知ですか？

集中ケア認定看護師：児嶋 明彦 (集中治療部)

PICSとは、患者さんが集中治療室を退室、または集中治療室を経由し一般病棟から退院後に出現する、  
①メンタルヘルス障害 (不安・急性ストレス障害・PTSD・うつ症状) ②認知機能障害 (実行機能・記憶・注意・視空間認知・認知処理速度) ③身体機能障害 (呼吸器系・神経筋系・運動機能) の総称を言います。

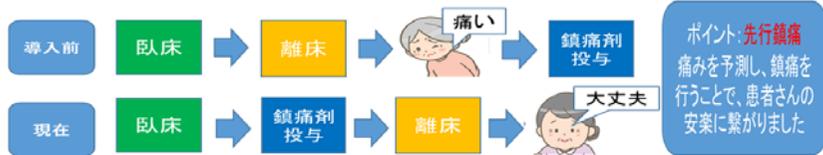
PICS のリスク因子として、①鎮静剤や安静制限による不動化、②深い鎮静、③長期間の人工呼吸器管理、④敗血症の罹患、⑤ARDS の罹患、⑥長期間のICU 滞在、⑦低血糖、⑧低血圧、⑨せん妄などが挙げられます。

PICS への介入方法として、ABCDEFGHIJ (+S) バンドル (以下バンドルとします) を参考にしています。

A	Assess PreventAnd Manage Pain	痛みの評価・予防・管理
B	Both SAT and SBT	鎮静からの覚醒と人工呼吸器離脱トライアル
C	Choice of Analgesia and Sedation	鎮静剤と鎮痛剤の選択
D	Delirium Assess Prevent and Manage	せん妄の評価・予防・管理
E	Early mobility and exercise	早期離床
F	Family Engagement and Empowerment	家族の力の活用・促進
G	Good handoff communication)	良好な申し送り
H	Handout materials on PICS and PICS-F	PICS について書面での情報提供
S	Sleep	良眠の確保

### ICUでのPICS予防の取り組みの実際について

今年度、本院集中治療室では、PICS という概念と予防法を共通理解し、ケアに取り組んでいます。スタッフ全員が、PICS の概要・PICS を予防するための介入方法についての院内の勉強会に参加しました。日々看護ケアを行っていく中で、カンファレンスの時間を利用し、PICS の評価・予防の介入方法を話し合い、実践しています。バンドル：A についての、実践の一例を下記に示します。



上記の取り組みは、看護師が患者さんの痛みを評価し、鎮痛剤の有無を判断しますが、薬剤を使用するには、医師の指示・処方が必要です。また、効能 (効き始める時間や持続時間など) ・副作用を確認するには薬剤師の力も必要です。医療スタッフが **ONE TEAM** となり患者さんに関わることが大切です。

### 一般病棟の看護スタッフへ

集中治療室を経由しない術後の患者さんや、疾患や治療で侵襲を受けた患者さんも PICS と同様な症状を引き起こしやすい状態です。認知機能障害を把握するためにも、入院前からの情報を共有する必要があります。

## アドバンス・ケア・プランニング (ACP) ～みなさんも『人生会議』してみませんか？～

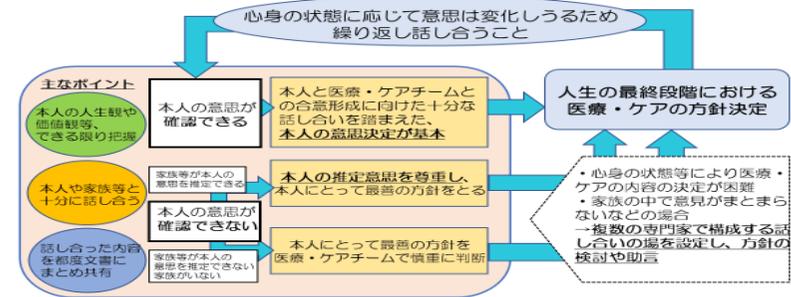
緩和ケア認定看護師：西村 亜希 (がんセンター) 銅倉 優 (3階西病棟)

### 1. アドバンス・ケア・プランニング (Advance Care Planning : ACP) とは？

患者・家族・医療従事者の話し合いを通じて、患者の価値観を明らかにし、これからの治療・ケアの目標や選好を明確にする **プロセス** のことです。(Ritjens Lancet Oncol.2017.)

「人生の最終段階における医療・ケアの決定プロセスに関するガイドライン」  
意思決定支援や方針決定の流れ (イメージ図) (平成30年版)

人生の最終段階における医療・ケアについては、医師等の医療従事者から本人・家族等へ適切な情報の提供と説明がなされた上で、介護従事者を含む多職種からなる医療・ケアチームと十分な話し合いを行い、本人の意思決定を基本として進めること。



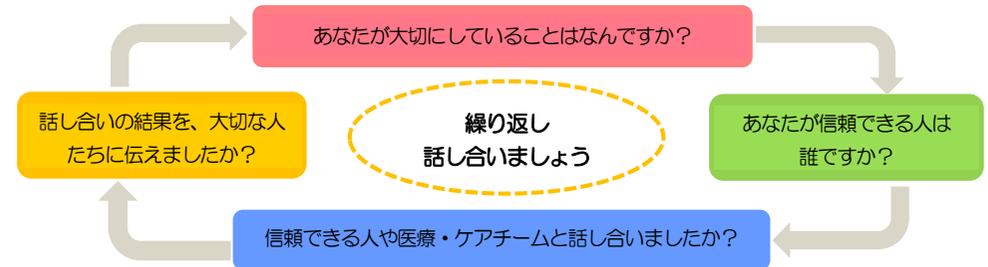
### 2. 重要なこと

- ①一人で決めない、一度に決めない ②患者と医療者との十分な対話 ③患者の意思を尊重する
- ④意思決定ができなくなったときに備えて、家族等を含め繰り返し話し合う
- ⑤患者自身の意思が確認できないときは、家族とともに患者の意思を推定し、それを尊重する

### 3. 看護師の役割

患者がどのような人生観や価値観を持ち、意思決定してきたかを把握し、患者の尊厳を守りながら、その人らしく最期まで人生を全うできるように支援することです。そのために、**信頼関係を構築し、十分なコミュニケーションを図る必要**があります

#### ◎ACPの進め方(例)



### 4. 最後に

宮崎市では、自分らしい終末期 (人生の最終段階) を迎えるために、元気なときから人生の最期の時間をどこで過ごし、どのような医療を受けたいか意識して考えるきっかけとして欲しいとの想いから、宮崎市版エンディングノート「わたしの想いをつなぐノート」が作成されました。

皆さんも、ノートを手に取り、今後のことについて、大切な人たちと『人生会議』してみませんか？