

5) PICS-F

PICS-F の F は Family（ご家族）のことで ICU など重症な治療を受けた患者を支えるご家族に発生する心理的・精神的な影響のことです。患者さんを支えた（ている）ご家族は 10-75% も心理的・精神的に負担を強いられ苦しんでいます。

症状としては、不安障害、うつ病、急性ストレス反応、睡眠障害、心的外傷後ストレス障害（Post Traumatic Stress Disorder : PTSD）などがあります。患者が亡くなってしまった場合は、この負担はさらに強くなります。対処法としてはコミュニケーションを中心として、医療者（または近親の相談者など）は①家族の言っていることの価値を認める、②家族の感情を認め、その感情に医療者（または近親の相談者など）が気づいていることを伝える、③話を良く聴く、④他人と違う一個人として患者を理解するための質問をする、⑤家族からの質問を引き出すことが必要です。ICU 日記といって、ICU 療養中に患者が経験した出来事を、医療者やご家族自身が毎日記しておくことでご家族の気持ちが整理されることもあります。