



在宅療養を考える

「高齢やケガなどにより医療や介護が必要になっても、住み慣れた自宅でいつまでも自分らしく暮らしたい」。そんな思いにこたえる在宅療養。今月の特集では、その現状や仕組みについて紹介します。

在宅療養とは

在宅療養とは、医師や訪問看護師、訪問介護員などが定期的に自宅を訪問し、診療や治療、生活の支援などを行うものです。在宅療養は、一人一人の状況に合わせた計画に基づき、医療・介護など様々な職種の担当者が連携し、困りごとや、病状の急変などにも応えます。

住み慣れた自宅で療養を

在宅療養の最大のメリットは、

住み慣れた自宅で療養できることです。

市高齢者等実態調査（2016年度）によると、住み慣れた地域で療養を望む高齢者は、約66%と高い在宅療養ニーズがあります。今後の高齢者の増加により、ますますその必要性が高くなっていきます。

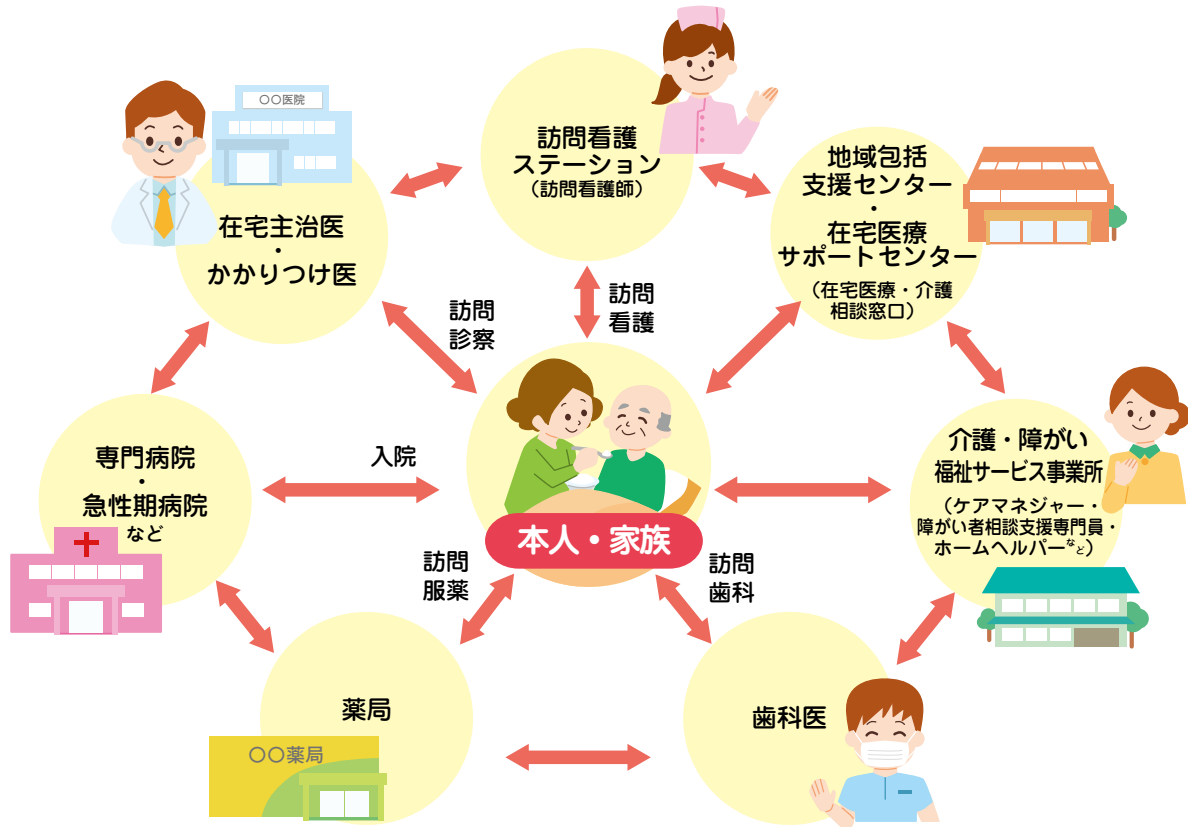
一方で、在宅療養の認知度は低く、「在宅療養でどのような医療・訪問看護を受けられるかわ

からない」と答えた市民は約54%、「訪問診療・看護をしてくれる医師・看護師を見つけるのが難しい」と思っている市民は約59%という状況です。

このように在宅療養については、その医療・介護サービスの内容について知る人が少ないのが現状です。そこで今号では、在宅療養の現状や、仕組み、様々な職種の役割などについて紹介します。

医療と福祉が連携し、療養生活を全うできるように支えます

在宅療養を支えるのは、各分野のプロフェッショナルのチームワークです。多職種が連携することにより、患者の情報を共有し、その人に最適な対応を行います。



各職種の役割

多くの専門職が自宅を訪問し、患者や家族をサポートする「在宅療養」。関わりの深い職種を紹介します。

医師

健康管理や診察、治療を行います。定期的に訪問する「訪問診察」と、急変時に要請に応じて訪問する「往診」で対応します。

訪問看護師

医師の指示を受け、医療処置など必要な診療の補助を行います。健康状態(血圧[※])の観察や日常生活の相談にも対応します。

歯科医師

虫歯や歯周病の治療を行います。口腔ケアのアドバイスを行い、口内を清潔にすることで、虫歯やごえん性肺炎などの発症危険度を低下させます。

薬剤師

薬の飲み方の指導などを行います。薬に関する相談や残った薬の管理などにも対応します。

介護支援専門員(ケアマネジャー)

安心して療養生活を送ることができるよう、本人や家族と話し合い、「ケアプラン」を作成します。様々な職種とのつなぎ役となり、自立した生活の支援を行います。

訪問介護員(ホームヘルパー)

ケアプランに基づいて、食事や入浴などの介助、掃除や洗濯などの生活全般の支援を行います。

NEXT 在宅療養を受けるにはまずどうしたらいいかを紹介します。また、実際に在宅療養に関わる医師などから話を聞きました。

まずは、こちらでご相談ください

在宅療養が必要となる主なケースは、入院中から在宅療養へ移行する場合と、自宅での生活中に在宅療養が必要となるケースです。どちらの場合も以下の場所で相談できます。入院中の場合は、病院の相談窓口でも相談が可能です。

かかりつけ医

いつも診てくれる身近なかかりつけ医。これまでの病歴や健康状態を把握しているので、在宅療養の強い味方です。まずは、かかりつけ医に相談してみましょう。



在宅医療サポートセンター

豊田加茂医師会が運営し、訪問してくれる医師などを決める支援や「在宅医療って具体的に何をしてくれるの？」など在宅療養に関わる様々な相談に応じます。(在宅医療サポートセンター ☎33・7773)



地域包括支援センター

高齢者やその家族の総合相談窓口としておおむね中学校区ごとに1か所設置されています。高齢者の介護、福祉の相談や心配ごとを始め、どんな些細なことでも気軽に問合せください。(高齢福祉課 ☎34・6984)



在宅療養のエキスパートに伺いました



在宅主治医・かかりつけ医
あさひが丘クリニック(小川町)
院長 伊藤 直史さん

訪問診療は、午前と午後の外来診療の間に実施しており、現在は十数人を診ています。診療では、投薬による痛みの緩和、食事や栄養の管理、全身の状態把握などを行っています。

在宅療養では、大きな医療機器を使用できないなどの制約はありますが、症状の悪化などで入院が必要になった場合には円滑に対応できるような体制も整えています。

在宅療養の一番の良さは、住み慣れた家で、ご家族と一緒に過ごせるということだと思います。普段と同じような日常生活を、自然な形で過ごせるようなケアをしたいと思っています。

患者さんの中には家に帰ったら笑顔が増えたという人も多いです。

一方でご家族は、頑張りすぎないこと・我慢しないことが大事だと思います。在宅療養を選択したら最後まで何が何でも続けなければならないということではありません。困った時には病院に頼ることもできます。そうしたことも含めて在宅療養の善しあしを考えて選択してもらえれば良いと思います。

今後は、自宅で最期を迎える在宅看取りを希望する人も増えることでしょう。少しでも多くの人を地域で診られるようになるとよいと思います。

専門スタッフがチームワークで臨みます

訪問看護師



豊田厚生訪問看護ステーション 看護師
阿部 美香さん

訪問看護師は、健康管理、清潔ケア、点滴などの医療処置を行うとともに、家族からの相談に応じます。医療的な相談については、かかりつけ医と密に連携をとりながら対応します。緊急時は、医師の指示を受けながら対応できるようにしており、在宅での看取りを希望する場合は、最期を迎えるまでサポート

します。

在宅療養が始まると色々な状況が起こります。その都度、ご家族も不安に思われることもあるので、「どんなことでもいいから連絡してください」と事前にお伝えしています。

本人とご家族の希望を尊重した支援を行いながら全力でサポートします。

介護支援専門員 (ケアマネジャー)

介護が必要な人が在宅療養をする場合には介護支援専門員が「ケアプラン」を作成します。「ケアプラン」は、その人らしく生活できるように本人と家族の思いを尊重しながら作成します。

在宅療養が始まってからも、本人の健康状態や思いも変化するので、その都度、入浴などの生活面の補助や療養時に必要と

なる用具などの支援内容を見直します。その時々で最善のサービスが提供でき、本人だけでなく介護をされるご家族の負担が少しでも軽減できるように調整を行います。

在宅療養を選択された後も、本人とご家族の気持ちは揺れ動くこともあります。そんな時は、気軽に相談してください。在宅療養は相談することで様々な道が開けてきます。



豊田厚生介護保険センター
主任介護支援専門員
(管理者) 清水 浩子さん

最期を自宅で看取った家族の声

本人の「家に帰りたい」という思いを最優先しました。在宅での看取りは、様々な人の支えがあって実現できたことです。特に、訪問看護師、介護支援専門員の「どんなことでもいいから連絡、相談してください」という言葉がお守りになりました。

本人は、家族に看取られ安らかな最期を迎えました。自宅では、好きな時間に食べたいものを食べ、テレビを見たり、趣味を楽しんだり笑顔が絶えない時間を過ごしていました。家族も孝行する機会が出来て幸せでした。在宅療養という選択をして本当に良かったと思っています。

まとめ

今回は、在宅療養について紹介しましたが、自分や家族が高齢やケガで医療が必要になった時、どのように過ごしたいか考えておくことも大切です。市では「豊田市在宅医療・福祉連携推進計画」を策定し、安心して在宅療養を選択できる環境整備や在宅療養に関する普及啓発を積極的に進めています。