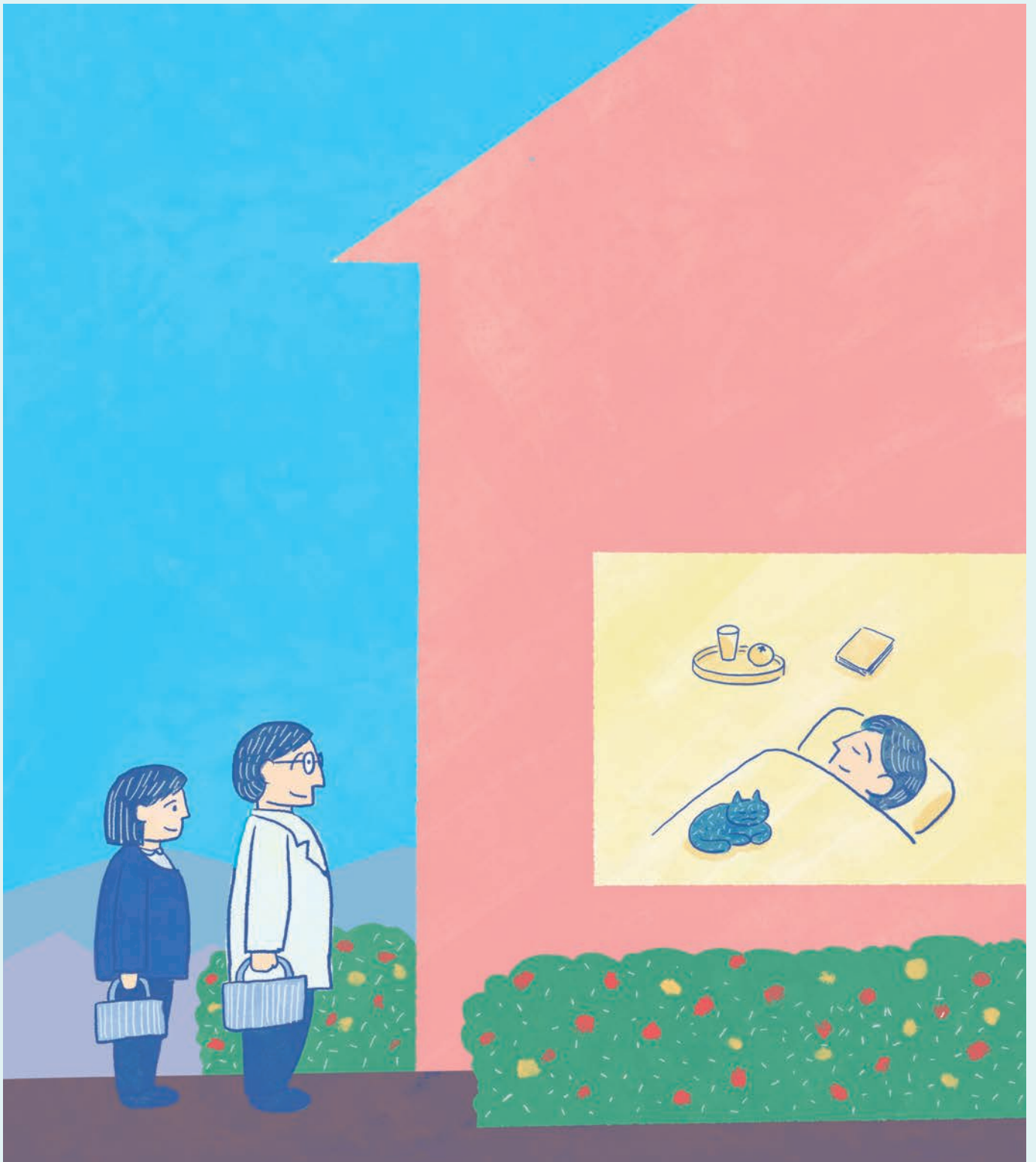


在宅医療を お考えの方へ



在宅医療ってなに？

まずは在宅医療の基礎知識を知ろう。

1 病気であっても住み慣れた場所で医療を受けることができます。

在宅医療とは、自宅などの住み慣れた場所に医師や看護師などが訪問して、診療を行うことです。通院するのが難しくなったときや末期がんなど重い病気にかかっても住み慣れた場所で生活を続けたいときなどに受けることができます。在宅医療の良いところは、住み慣れた場所で診療を受けながら暮らせることです。



2 年齢に関係なく在宅医療を受けることができます。

在宅医療は、新生児から高齢者まで幅広い年齢の方が慣れ親しんだ環境で医療サービスを受けることができます。病気や障がい、認知症を抱えた一人暮らしでも在宅医療と介護保険などのサービスを組み合わせ、周囲の人に協力してもらい、家で暮らし続けることもできます。



3 在宅医療は医療保険が適用されます。

在宅医療にかかる自己負担は、入院や通院するときと同じように、かかった医療費の1～3割程度です。また、食事や入浴の介助などの日常生活のサポートが必要なときは、一定の自己負担額で介護保険サービスを利用することができます。



在宅医療をお考えの方へ

在宅医療で大切なことを紹介します。

1 まずはかかりつけ医に相談

在宅医療を受けてみたい方は、まずは「かかりつけ医」に相談しましょう。普段からかかりつけ医を決めておくと、病状や健康状態を把握してくれます。かかりつけ医は在宅医療に限らず、健康管理のアドバイスや病院などへの紹介など、さまざまな面で頼りになります。まずはかかりつけ医を持ちましょう。また、すでに介護保険サービスを利用している人は、担当のケアマネジャーに、病院から退院する場合には医療ソーシャルワーカーに相談してみるのもおすすめです。



2 緊急時にどうするか事前に相談することが大切

在宅医療を行う医療機関や訪問看護ステーションでは、急に体調が悪くなったときに備えて、連絡が取れる体制を整えています。医師や看護師は、ご本人やご家族の希望や不安について相談に乗り、適切なアドバイスしてくれます。命の危険が迫った状態になると、医療やケアについて自分で決めたり、望みを人に伝えるのも難しくなります。緊急時にどうするか、事前に相談しておきましょう。



在宅医療を 支える 専門家チーム



医師

在宅医療のチームリーダー

家を訪問して、診察や治療、経過観察を行います。治療方針を立て、適切な療養生活ができるよう他のメンバーに指示を出すリーダーとしての役割もあります。



訪問看護師

頼りになるパートナー

家を訪問して、病状の観察や医師の指示による医療処置などを行います。医療に関することはもちろん、療養生活のことなど、さまざまな相談にも乗ります。ご本人やご家族に寄り添う、頼りになるパートナーです。



歯科医師・歯科衛生士

「噛む」「食べる」の専門家

家を訪問して、むし歯や歯周病の治療、入れ歯の調整などを行います。お口のケアなども行い、誤嚥（ごえん）性肺炎の予防にもつながります。



薬剤師

薬のお困りごとを解決

家を訪問して、薬をお届けしたり、服薬状況を確認し、飲み忘れを防ぐ工夫などを提案します。また、飲み合わせや副作用のチェック、その人の生活に応じた薬への変更なども提案します。



理学療法士・作業療法士・言語聴覚士

リハビリと生活環境づくりの専門家

家を訪問して、症状や状態に応じて身の回りのことがやりやすくなるよう、体の動かし方や補助器具の使い方などを指導したり、飲み込みやコミュニケーションの方法についても支援を行います。



ケアマネージャー

暮らし全般のコーディネーター

介護保険に関するスペシャリスト。介護を必要とするご本人やご家族の相談に乗り、最適な介護サービスが受けられるようにケアプランを作成したり、在宅を支える多職種のチーム全体を調整します。



医療ソーシャルワーカー

在宅医療に詳しい病院の相談員

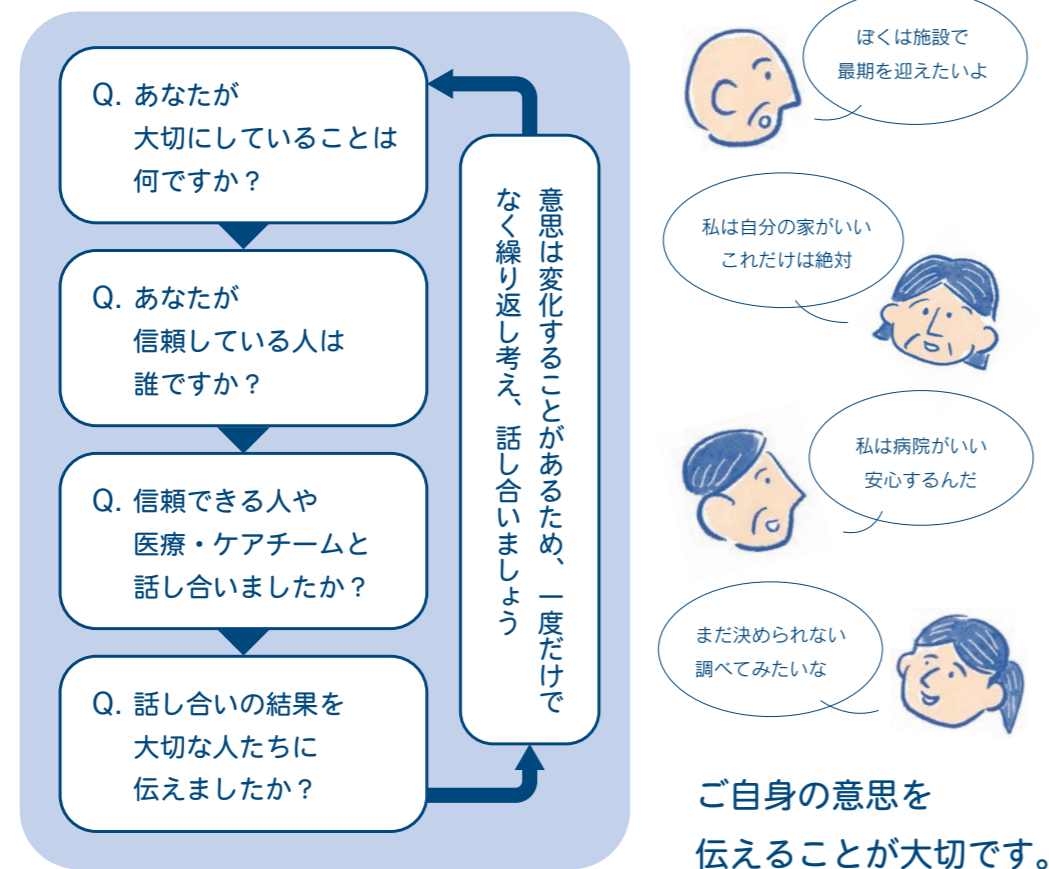
病院から退院して家に戻るときに、ご本人やご家族と相談しながら、在宅医療と暮らしを支える専門家チームと調整を行い、自宅でのよりよい生活を提案します。

『もしも』のときのために

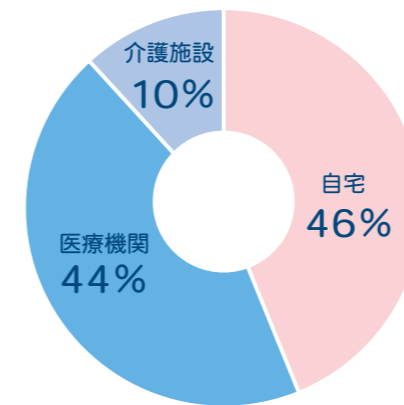
人生の終わりを考えておくことで、
自らが望む医療・ケアが明確になります。

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると、約70%の方が、医療やケアなどを自分で決めたり、望みを伝えることができなくなると言われています。自らが望む医療やケアを受けるために、大切にしていることやどこでどのような医療やケアを望むのかを前もって考え、家族など信頼している人たちと話し合い、共有しておきましょう。

話し合いの進め方（例）



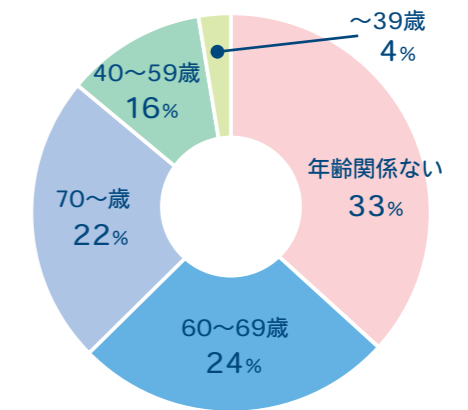
Q. 最後はどこで迎えたいですか？



- 自宅 46%
- 医療機関 44%
- 介護施設 10%

自宅の理由
1、住み慣れた場所 2、最期まで自分らしく
3、家族との時間 4、家族に看取られたい

Q. 話し合うのはいつがいい？



- 年齢関係ない 33%
- 60～69歳 24%
- 70～歳 22%
- 40～59歳 16%
- ～39歳 4%

厚生労働省 令和4年度「人生の最終段階における医療・ケアに関する意識調査」より

いわき市のエンディングノート



自分がどのような思いを持ち、何を大切にしている、どういった医療やケアを希望するのかを「わたしの想いをつなぐノート」（発行：いわき市）に記録し、定期的に、気持ちが変わったときに見直すようにしましょう。ノートはいわき市のホームページにも掲載されています。ぜひご覧ください。

いわき市HP内「わたしの想いをつなぐノート」はこちら





在宅医療をお考えの方へ

問合せ

いわき市在宅医療・介護連携支援センター（医療対策課内）

〒973-8408 いわき市内郷高坂町四方木田191

電話番号：0246-27-8579

ファクス：0246-27-8573

いわきの在宅医療、
情報発信中！



WEB サイト
<https://iwaki-hand.com>

