



知りたい!在宅療養

幸子さんの在宅療養

⑩1004600

在宅療養とは、いつまでも住み慣れた自宅などで、家族や友人、大切な人たちに囲まれながら、医療や介護サービスを受けて生活を送ることです。

今回は、在宅で療養生活を送る幸子さんの事例を紹介します。

☎高齢福祉課☎(632)5328

在宅療養という選択 自分らしい生活を

在宅療養には多くのメリットがあります。住み慣れた家や施設で、家族や施設の人と、好きな時間に顔を合わせて話すことができるだけでなく、治療も受けたりすることができ、また、一般的に病院で療養する場合に比べ費用が安いのが特徴です（下の記事参照）。
病气やけが、高齢などで歩けなくなった時の療養生活は病院だけではなく、自宅や施設での在宅療養も選択肢の一つです（受けられる主なサービスは左の表参照）。
この機会に、今後、受けたい医療やケアについて考え、ご家族などで話し合ってみませんか。

在宅療養で受けられる主なサービス

医療保険	▼訪問診療	定期的な診療
	▼訪問歯科診療	診療や口腔ケア
	▼訪問薬剤管理	薬に関する指導
介護保険	▼訪問看護	血圧や脈拍など病状のチェックや療養生活の相談
	▼訪問リハビリ	筋力の維持向上に向けた機能訓練や福祉用具の相談
	▼訪問介護	食事、排せつの介助
	▼通所介護	高齢者同士の交流など

※上記は一例であり、個人の体の状態でも異なります。

在宅療養をしている幸子さんのケース(96歳 要介護5 4人暮らし)

- ▼病状 認知機能低下・血栓・大腿骨折により歩行不能。
- ▼保険 医療保険 1 割負担、介護保険 1 割負担。



同居家族の声

いろいろな専門職の人たちが支えてくれるので、大変心強いです。本人の体調が分かったり、家族そろって食事ができたりなど、お互いの顔を見ながら生活でき、在宅療養を選んで良かったと思っています。

幸子さんの1週間のスケジュール(例)

	月	火	水	木	金	土	日
朝	訪問介護	訪問介護	訪問介護	訪問介護	訪問介護	訪問介護	訪問介護
昼	訪問介護	通所介護 訪問診療	訪問看護 訪問介護	訪問介護	訪問介護	通所介護	訪問介護
夜	訪問介護	訪問介護	訪問介護	訪問介護	訪問介護	訪問介護	訪問介護

医療サービス

- ▼訪問診療 (10～20分) 月1回
定期的な診療・治療など、月5,000円(薬代含む)

介護サービス

- ▼訪問看護 (60分) 週1回、月3,912円
- ▼訪問介護 (20分) 1日2～3回、月3万640円
- ▼通所介護 (4.5時間) 週2回
入浴や食事の介助など、月1万2,066円
- ▼その他 福祉用具のレンタル
ベッド・ベッドマット・手すり・車イスマット・テーブル、月6,187円

1カ月の費用(医療・介護)合計

5万7,805円

(この金額の他に、生活費などが掛かります。)

※金額はあくまで目安です。同じサービスを利用していても、病気や体の状態、利用方法によって金額は異なります。



／ 専門家の先生に聞いてみました ／

在宅療養が豊かな生活のプラスに

在宅療養でできること

通院が困難になったことで訪問診療を利用する人が多くいます。訪問診療の内容は、月1～2回の診察、定期的な血液検査、インフルエンザなどの予防接種、必要に応じた点滴の処置などです。

病院でしかできない専門的な検査治療が必要な際には、一時的に入院し、安定したら、再び在宅療養生活を送る人もいます。

家族との時間を大切に 在宅療養

在宅療養と聞いて不安を持つ人がいると思いますが、多くのメリットがあり、一番は、ご家族やご友人などと共に過ごせる時間が増えることです。また、飲食や娯楽など、本人のやりたいことができることも魅力の1つです。

私の患者さんで、通院から訪問診療に切り替えた人もいますが、自宅での診察ということもあり、通院していた時よりもリラックスした表情が増え、本人も安心して生活している様子が見えます。

生き方を考える 人生会議

多くのメリットがある在宅療養ですが、もしもの時のために、患者さんご本人がどのような医療やケア

を望むのかについて話し合い、内容を家族で共有する「人生会議」が非常に重要です。例えば、もしもの時に救急車を呼ぶか、延命治療を行うかなど、ご本人の意思を尊重し、ご家族はどうすべきかなどを主治医などの意見を聞きながら決めておくといいでしょう。

不安にならず まずは相談を

ご家族など周りの人が協力してサポートしていくことが、自分らしい在宅療養生活を送るためのポイントとなりますが、ご家族が不安を抱くのは当然です。しかし、過度に不安を抱く必要はありません。医師や看護師など、多くの人が協力し合って1人の患者さんを支える仕組みが在宅療養なのです。

多くのサービスを組み合わせながら過ごす在宅療養も選択肢の1つとして考えてみてはいかがでしょうか。まずは主治医やケアマネジャーに相談してみましょう。



在宅療養を詳しく知りたい人へ

在宅療養について まずはご相談を

- ▼ かかりつけ医 在宅医を紹介してくれる場合もあります。
- ▼ 病院の相談室 入院中の人は、ソーシャルワーカーや看護師などが対応してくれます。
- ▼ ケアマネジャー・地域包括支援センター 在宅療養に必要な医療・介護・福祉に関する相談ができます。



ご利用ください 在宅療養パンフレット ID 1012922

在宅療養の基本的な知識やそれらを支える専門職の役割について、分かりやすくまとめた「幸子さんの在宅療養」の他、在宅看取り編やリハビリテーション編など、在宅療養で大切なことをまとめたパンフレットを作成しています。

各パンフレットは市庁に掲載している他、各地区市民センター・出張所・図書館などの窓口で配布しています。



▲市庁

11月30日は「人生会議の日」

「人生会議」とは、あなたの大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自ら考え、あなたの信頼する人たちと話し合うことです。最期まで自分らしく生きるために重要な役割を果たします。

本市では、現在、在宅療養パンフレット（人生会議編）を作成しています。詳しくは、市庁をご覧ください。



▲市庁

市民公開講座「食べることは生きること ID 1027955

食べる量が減っていませんか」動画配信

- ▼ 配信日時 11月中(予定)。
- ▼ 内容 田代直子さん(県栄養士会会員)による、高齢者の低栄養予防の重要性や食事のこつに関する講話と、五十嵐三彦さん(市歯科医師会理事)による、おうちでできる低栄養予防のための口腔ケアに関する講話。
- ▼ その他 通信料は自己負担となります。



▲市庁