

最期まで自分らしく生きる

在宅医療と在宅介護は あなたの選択肢



あなたは人生の最期をどこで迎えたいですか。病院や施設で過ごす人も多くいますが、自宅療養や介護を受ける「在宅療養」という選択肢があります。自宅なので、痛みが不安、家族に迷惑をかけてしまえそう、急に容態が変わったらどうなるか分からない、というような印象であきらめてはいませんか。以前と比べて在宅療養の環境は変わってきています。福津市と宗像市で構成される宗像地区の在宅療養の現状を専門家に聞いてみました。



▲宗像医師会在宅医療連携拠点事業運営委員長の岩野歩医師

- Q 在宅医療、在宅介護とはなんですか
- A 病気を患っていても、自宅など住み慣れた生活の場で療養し、自分らしい生活を続けられるようにするものです。
- Q 誰が来てくれるのですか
- A 在宅医が訪問診療を行い、状況に応じてヘルパーや訪問看護師が看護します。
- Q 病院で診てもらわなくても大丈夫ですか
- A 自宅でも診療は受けられますし、入院が必要なときは在宅医が病院を紹介します。
- Q 病状が急変したら対応してくれますか
- A 在宅医や訪問看護師が、24時間365日訪問できる体制をとっています。
- Q 医療費の自己負担額は高くないのですか
- A 自己負担が一定額を超えると、払い戻しの制度があります。
- Q 誰に相談すればいいのですか
- A まずは、かかりつけ医、入院中であれば病院の地域医療連携室が相談を受けます。

在宅療養は自由を
入院療養は見守りを重視

在宅療養は、訪問する医師である在宅医が診察をします。利用者は、住み慣れた自宅で植物に水をあげたり、絵を描いたり、自由に趣味の時間を過ごすことができます。また、ペットと暮らしたり料理を作ったりする人もいます。小さな子どもがお見舞いに来て、病院のように同室の人に気を使う必要もありません。

一方、入院療養は、病院や施設の制約はあるものの、医療従事者の見守りを受けて過ごすことができます。本人の希望どおりに最期まで自分らしく生きることができるよう、在宅と病院のどちらでも選べる環境を整えることが大切です。

宗像地区の強みは
24時間365日体制

在宅療養は、利用者やその家族の生活を支える医療ですが、地域差があります。幸い宗像地区では、医療と介護の

多職種でチームを組んで24時間365日の対応が継続できるようになっています。

在宅療養をしている家族にとっては、入院先へお見舞いに行ったり病院に泊まったりする必要がなく、家事をしながら自分のペースで看病できるので、負担が少なくなったとの感想もありました。

家に帰ってみませんか
駄目なら病院に戻ればいい

岩野医師は、在宅療養でうまくいくことも多いため「家に帰ってみませんか」と患者に勧めています。痛みや症状のコントロールは病院と変わらないレベルで行えます。

ただ、病状の進行スピードや家族の介護負担などによって、在宅療養の継続が難しくなった場合には、無理に在宅にこだわる必要はなく、的確なタイミングで病院に入院や施設に入所できるように調整することもあります。費用も入院より自己負担額が安くなります。在宅療養を知ること、選択肢の一つとして考えやすくなります。

在宅療養を支える
新しい介護サービス

在宅療養を支える介護サービスはいろいろありますが、市内では、24時間訪問サービスしらゆりが新しいサービスとして「定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業」を平成29年3月から始めました。朝、夕の薬を忘れずに飲むように1日3回の訪問や、寝たぎりの人の起床介助、排泄介助、就寝介助など1日4回から5回の訪問を受けること



▲「24時間訪問サービスしらゆり」の皆さん

「自分自身も最期まで住み慣れた自宅で過ごしたい」

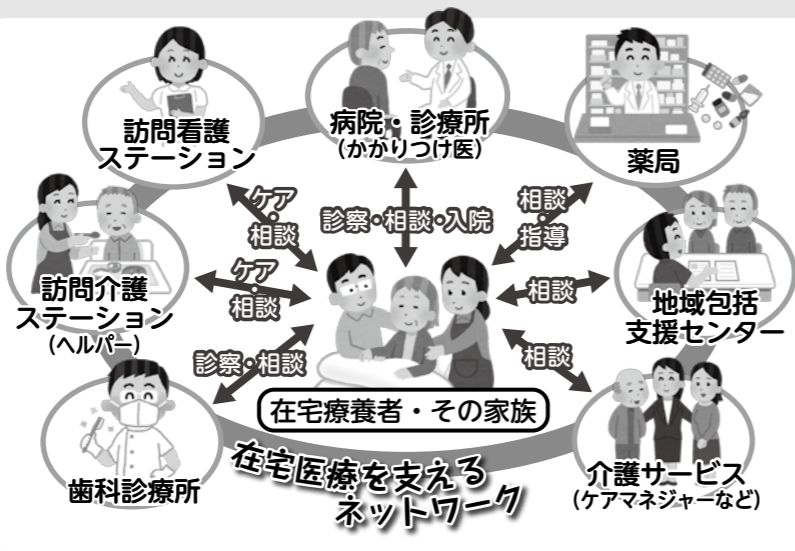
最期まで自宅で家族と暮らしたい人は全体の3割ですが、実際にそうできるのは1割弱

ができます。毎日短時間で何度も訪問することで、利用者の状況変化にも早急に対応でき、訪問看護と連携し、病状の悪化を防ぐことができます。また、緊急通報装置を貸し出し、24時間の支援が可能で、体調不良などは追加の訪問も柔軟に対応できます。

24時間訪問サービスしらゆりの代表、大庭祥子さんは「自分自身も最期まで住み慣れた自宅で過ごしたい」という思いを持っています。「私の叔父も、このサービスを利用して、最期まで大切な家族と一緒に暮らすことができました。本当にやりがいのある仕事だと実感しました。皆さんも、まずは相談してほしいです」と言います。

在宅療養を支える
むーみんネット

宗像地区の医療や介護の関係者で組織する宗像医師会の在宅医療連携拠点事業室「むーみんネット」は、たくさんの医療、介護関係の職種が連携し、在宅療養の支援体制づくりを行っています。



▲むーみんネットは、在宅医療支援体制を構築しています

お気軽に
相談を!

●在宅医療の相談窓口
かかりつけ医や各医療機関の地域医療連携室、または以下にご相談ください。
市地域包括支援センター ☎43・0787
むーみんネット ☎37・5020

むーみんの名前の由来はむなかたの「むー」みんなの「みん」という意味です。その取り組みには、地域の医療や介護に関する情報の発信や共有、多職種連携の推進、市民からの相談受付、在宅療養の普及啓発などがあります。相談は、電話のほか窓口でも受付しています。

また、市では在宅療養について詳しく紹介する出前講座を用意しています。自治会などの団体で申し込み、日程調整をして、公民館などで開催できます。詳しくは、市郷育推進課へお問い合わせください。
出前講座の問い合わせ 市郷育推進課 ☎62・5078
問い合わせ 市高齢者サービス課 ☎43・8191