



「いつまでも、住み慣れた場所で、自分らしく暮らしたい」

高齢化が進んでいく中、老後も自宅で暮らしたいと考える方が増えています。その希望を実現する方法の一つが「在宅医療」。通院が難しくなったとき、医師や看護師、ケアマネジャーなどの専門家が患者の自宅を訪れて、診察や治療を行ったり相談に乗ったりしてくれます。何からはじめたらいいのか、どんなサポートが受けられるのか、体験談をもとに老後の暮らしを支える「在宅医療」について考えておきましょう。

保健企画 2階22番 ☎4809-9882

在宅医療を利用されている井上さんにお話を伺いました

どういう経緯で在宅医療を活用することになりましたか？

15年前に義母が糖尿病で腰痛を起し入院したことがきっかけです。それまでも義両親が住む家に週3回くらい通っていたのですが、毎日通うのは大変なので早急に介護認定することになり、かかりつけ医に相談しました。おかげで退院してすぐヘルパーさんが来てくれて、スムーズにサポートを受けられました。

ただ、ほどなくして義母がトイレで転倒して骨折してしまったのです。その時かかりつけ医が病院を紹介してくれたのでとても助かりました。4か月入院して義母は杖をついて歩けるまでに回復したのですが、自宅で病院のようなハビリができるとは思いませんでした。そこでケアマネジャーに相談し、理学療法士による訪問リハビリを受けることになりました。

受けているのはどんなサービスですか？

主に利用しているのは訪問看護の一環であるリハビリです。理学療法士の方が自宅で歩行訓練を行ってくれます。専門家が来てくれることで本人も頑張れるようで、訪問リハビリのおかげで今も義母は歩いています。

ケアマネジャーには福祉用具のレンタルについてもアドバイスしてもらい、トイレやベッドに設



置できる手すり、4点杖などを利用しています。

また、介護を続けていくうえで最も頼りにしているのはかかりつけ医です。先生のおかげで入院や地域連携もスムーズにできました。インシュリンの量の記録を見て指示を出してもらえたり、普段から細やかなケアが受けられ、骨折など緊急の時にもすぐに対応してもらえるのが家族としてはとても心強いですね。



在宅医療のどんなところにメリットを感じていますか？

在宅で医療を受けられることで、環境が変わらないのが義母にとってプラスになっています。長年の趣味である和紙の雑貨作りも続けられ、図書館で借りられる大活字本を読むなど、自分のペースで生活できているおかげで認知症にかかっています。

リハビリに関しても家族だけではできなかつたし、医療の専門家が定期的に訪れて訓練してくれることで転倒の危険などが減っていると思います。

他人が家に入るのを嫌って一人で介護を頑張る方が多いですが、専門家による医療サポートを受けることで介護がずいぶん楽になります。在宅医療にかかる費用も、入院など予想外の医療費以外はそれほど負担がかかりません。何よりかかりつけ医と看護師、ケアマネジャー、理学療法士などが連携して様々な視点で支えてくれることが、在宅医療の大きなメリットだと感じています。

ときどき入院、ほぼ在宅 私たちがサポートします



▶ かかりつけ医師

通院が難しくなった時、自宅に訪問して診察します。つらい症状をコントロールし、緊急時の往診も行います。また、病院の医師とも連携して治療します。



▶ かかりつけ歯科医師

自宅に訪問して虫歯の治療や入れ歯の調整などを行います。口腔ケアの必要な方には、ブラッシング等の指導をしたり、むせやすい時の対応等の相談にのります。



▶ かかりつけ薬剤師

自宅まで薬を届けたり、薬の飲み方や副作用について説明します。薬に関するいろいろな相談に応じます。



▶ 訪問看護師

状態に合わせて在宅医と連携し、医療処置やケアを行ったり、病気を抱えながらの過ごし方について相談にのります。



東淀川区の在宅医療連携を考える会(こぶしネット)とは

医療や介護のさまざまな専門スタッフがネットワークをつくり、あなたの療養生活を応援し、あなたらしい生活を支えるサポートチームです。東淀川区では、区役所とこぶしネットの多職種連携及び関係団体との協働により、在宅医療・介護連携推進事業に取り組んでいます。

医療や介護が必要になっても自分らしく暮らすために

皆さんは、病気やケガ、加齢等により自身の自由が利かなくなったり、継続した医療が必要となったとき、どのように暮らしていきたいと考えていますか。また、皆さんのご家族はいかがでしょうか。「住み慣れた地域や家で暮らしたい」「自分らしく生きたい」とお考えの方も多いと思います。



東淀川区長 西山 忠邦

そんな思いをかなえる一つの方法として在宅医療・介護があります。医師・歯科医師・薬剤師・訪問看護師・ケアマネジャー・訪問介護士等がチームとなって24時間対応の治療やケアを通じ、「住みなれた家での生活」「自分らしい暮らし」をサポートします。

お近くのかかりつけ医やケアマネジャー、病院の地域連携室等で相談することができますので、意思表示ができる元気なうちに、自分らしい希望の暮らし方について、家族や友人と話し合う機会をぜひ作ってみてください。

広告

広告