

知って安心！ はじめての在宅医療

— 住み慣れた地域で、最期まで自分らしく —



はじめに

高齢化が進む現代、在宅医療が注目を集めています。

日本の高齢化率は28.8%にまで上昇し※、人生100年時代とよばれる長命化の中、健康寿命の延伸が叫ばれています。しかしながら加齢などに伴い、長期療養生活を送る方が増えるのも必然です。また、80代以降では、病院に通うことが難しくなる場合も増えるでしょう。

最期は入院して病院で亡くなる、というスタイルが一般化したのは、1970年代以降の話。それ以前は、自宅の畳の上で家族に見守られながら旅立つのが一般的でした。

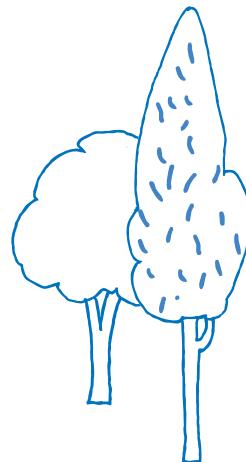
核家族化・少子化が進み、家族による介護から、公的な介護サービスを利用するのも当たり前の時代になりました。在宅療養を支えるさまざまなサービスの整備も国が推進しています。

歳を重ねても、病気や障がいがあっても、誰もが自分の住みなれた場所で、最期まで自分らしい人生を送るために。

懐かしくて新しい「在宅医療」という選択肢が、みなさんに役立つことを願っています。

(※令和3年版高齢社会白書)

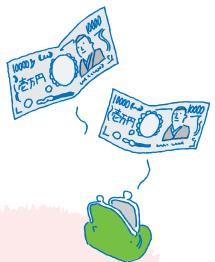
動画でわかりやすく!
在宅医療



こんな想いはありませんか？



長引く入院生活。
本人は家に帰りたいって
言っているけれど…



持病があるけど
年齢的に外来に通うのが
大変になってきた

どれくらい
費用がかかるのかしら

延命治療は好きじゃない。
自分の人生、
好きなように生きて死にたいね



残された時間を
大切に
生きていきたい

在宅医療について知ってみましょう →

在宅医療とは？

在宅医療とは、通院が困難になった場合に、自宅などの生活の場で行う医療のことです。

医師をはじめ、看護師やリハビリ専門職・薬剤師・栄養士なども訪問が可能です。多くの専門職がチームとなって、患者さんの在宅療養をお手伝いします。

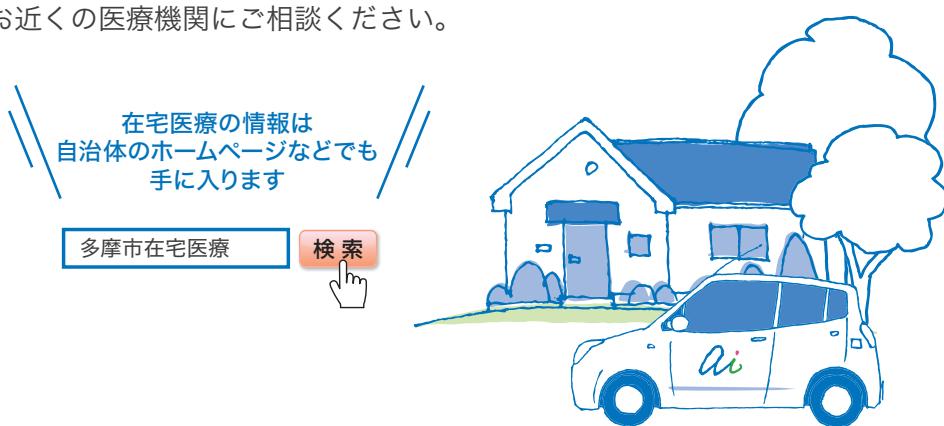
定期的に予定を決めて医師が診察することを訪問診療と言い、病状が急変した時などに駆けつけて診察することを往診と言います。在宅医療は主に訪問診療を基本とし、緊急時は往診も行います。

ご自宅に限らず、お住まいになっているグループホームや老人ホームなどでも訪問は可能です。

あいセーフティネットでは、1980年の天本病院開設時より、暮らしの場での診療を開始。40年以上に渡って患者さんが主役の在宅医療を推進してきました。現在では、多くの医療機関が在宅医療に取り組んでいます。

生活を支える介護との連携も大切にし、病気だけを診るのではなく、在宅ならではの暮らしの質を大にしたケアも在宅医療の特徴です。

長引く療養生活を家で送りたい方。
人生の最終段階を自分らしく過ごしたい方。
お近くの医療機関にご相談ください。



対象者

✓ 訪問診療は、自宅療養中で、通院が困難な方が対象です。

年齢や病気、障害の種類などは問いません。
医療保険が適用されます。

例えば

心身の病気や障がいで外出が困難な方

重症心身障がい者、
障がい者

寝たきりの方、
認知症の方

退院後のご自宅での
医療ケアが必要な方

がん末期など
終末期の方

ご自宅での看取りを
ご希望の方

※訪問看護・訪問リハビリは、通院ができる方も対象となる場合があります。



在宅でできる治療とは

自宅などの生活の場で、本当に必要な医療が受けられるのか心配されるかもしれません。苦しい思いをしないのか、体調が急変した時はどうするのか、などの不安もあるでしょう。

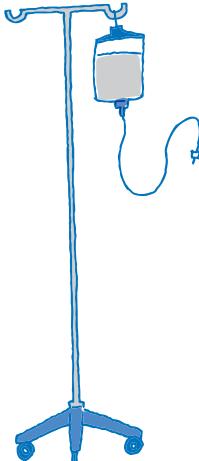
提供する医療処置などは、医療機関によって多少の違いがありますが、最近では機器の進歩やスタッフの創意工夫などにより、できることも増えています。

手術や最先端の治療、MRIやCTなどの大がかりな検査は在宅ではできません。しかしながらそれ以外の多くのことが在宅でも可能です。

以下は、あいクリニックで実際に行っているケアの一例です。

医療処置			
点滴	<input type="radio"/>	経管栄養 (経鼻・胃ろう・腸ろう)	<input type="radio"/>
注射	<input type="radio"/>	尿道カテーテル	<input type="radio"/>
薬の投与	<input type="radio"/>	膀胱留置カテーテル	<input type="radio"/>
外傷・褥瘡の手当	<input type="radio"/>	人工肛門	<input type="radio"/>
人工呼吸器の管理	<input type="radio"/>	疼痛コントロール (医療用麻薬の持続皮下注射など)	<input type="radio"/>
気切カニューレ交換	<input type="radio"/>	その他緩和ケア	<input type="radio"/>
在宅酸素療法	<input type="radio"/>	他にもご相談ください	

検査			
血液検査	<input type="radio"/>	心電図	<input type="radio"/>
尿検査	<input type="radio"/>	エコー(超音波)検査	<input type="radio"/>
便検査	<input type="radio"/>	単純レントゲン検査	<input type="radio"/>



Q. 急に具合が悪くなったら？

A. 24時間365日対応いたします

定期的な診療以外でも、体調が急変した場合などは、24時間体制で医師が対応いたします。まずはお電話で様子をお伺いし、緊急時には夜中でも往診いたします。

Q. 在宅医療にすると、もう入院できないの？

A. ご希望にあわせて入院先のご紹介・調整をいたします

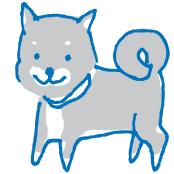
在宅医療では対応できない治療をご希望の場合などは、入院先のご紹介をします。また退院後に在宅医療を再開することもできますのでご安心ください。

※治療やサービス内容は医療機関によって異なります。
詳しくはお近くのかかりつけ医などにご相談ください。

メリット

デメリット

それぞれの役割が
あるんだワン



— 病院と在宅医療の違い —



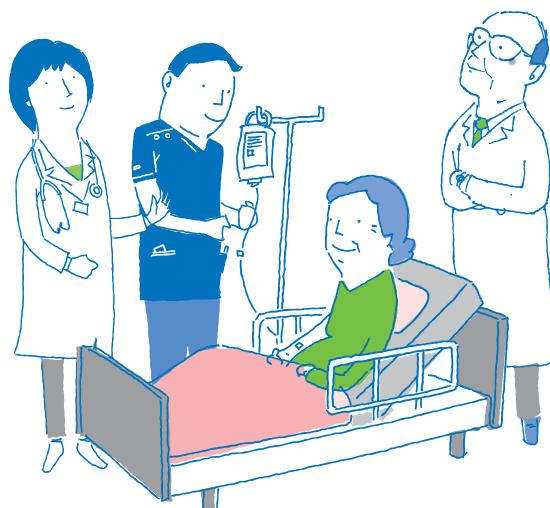
「患者さんのために治療する」という目的は同じでも、病院(入院)と在宅で行うケアには違いがあります。
ここでは、それぞれの特性をわかりやすく説明します。

病院(入院)

病院医療の目的は、患者さんの命を救い治療することです。
充実した設備と24時間体制のスタッフ配置で、患者さんの入院中の安全を守り、病気を治すことを最優先します。

在宅(訪問診療)

在宅医療の目的は、患者さんに日々の生活を安心して過ごしてもらうこと。
生活が中心で、医療はそれを支えるための一つの要素です。患者さんの希望にじっくり耳を傾け、それに合わせたケアを提案します。



	病院	在宅
治療	○ 積極的な治療を提供する「治す医療」	○ 慢性疾患など、状態がある程度安定している方を「支える医療」
設備	○ 手術をはじめ、CTやMRIなども対応可	△ 持ち込める機器などは限られる
見守り／介護負担	○ 夜間なども常時、医療・介護職が待機している	△ 訪問看護・ヘルパーを活用しても、空白の時間はできてしまう
個別対応	△ 在宅に比べると少ない	○ 常に一対一の対応。丁寧なコミュニケーションが可能。
ご家族へのサポート	△ 会う機会が少ない	○ ご自宅で話を伺える
費用	△ 医療費の他に室料などかかる	○ 室料がかからない。経費も調整しやすい
QOL(生活の質)	△ 食事や就寝時間、面会などの自由度が少ない	○ 制約を受けず、自由に過ごせる



基本「在宅」、
ときどき「入院」もいいニャ

本人・家族の心の準備

もしもの時について話しあっておきましょう

ACP(アドバンス・ケア・プランニング)という言葉をご存じでしょうか。

それは、もしものときのために、自分が望む医療やケアについて、前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組みのことです。

突然の病気や事故、認知症などで「自分のことを自分で決める」ことができなくなってしまうことがあります。家族や周囲の人が困惑せずに、自分の意思を尊重した治療を選んでもらうためには、準備をしておくことが大切です。

在宅医療を利用する方には、ご高齢の方や人生の最終段階の方などが多くいます。いざという時のことを考えて、訪問診療を開始する段階から、医師やケアマネジャーと相談するとよいでしょう。

あいセーフティネットでは、2020年よりACPプロジェクトを立ち上げ、患者さん・利用者さんの意思決定を支援しています。詳しい冊子などもありますので、ご興味がある方はお問い合わせください。

在宅医のはなし

もしもの時にあわてないために

若いころは死は関係のこと。歳を重ねてくると、急な病気や事故に遭遇したらどうなるかと想像することができます。大病になったら、介護が必要になったら自分はどうありたいか…。年代ごとにその内容は変化すると思います。万が一の際にあわてず、余裕をもって治療にあたるためACPがあります。自分らしく穏やかに生きるために、あなたの大切にしていることや、受けたい医療やケアのことをそろそろ考えてみてはいかがでしょうか。

わたしたち医療職もお手伝いいたしますので、ご相談ください。

(あいクリニック中沢院長 明石のぞみ)



家で最期を迎えるために

できることなら、病院の白いベッドの上ではなく家で最期を迎える。そう思っても、最期がどうなるか心配な方も多いでしょう。

病気などによって、その経過や症状は人それぞれ違います。

在宅医療の場合は、事前に担当の医師が、今後の経過について丁寧に説明をいたします。どんな準備が必要か、痛みを和らげる緩和ケアの導入のこと、死期が迫った時の兆候、残された時間の目安など、ご本人やご家族のご希望にあわせてお答えします。

いざという時、あわてることなく安らかに旅立てるよう、在宅医療のスタッフがチームとなってご本人やご家族を支えるために最善を尽くします。



在宅医のはなし

看取りには家族が不可欠？

在宅を強く望みモルヒネを使っていたがん末期の男性は、認知障害の奥様と二人暮らし。医療者は症状を理解できない奥様を支え、緩和ケアに専念。ある晩静かに息を引き取りました。早朝に気づいた奥様は本来かかりつけ医へ電話するべきところ、訪問看護以外にも救急車を呼んでしまい、その結果警察もきました。刑事に事情聴取され混乱する中、我々が合流し説明した結果、無事にお看取りとなりました。在宅看取りは家族の負担が大きいと心配される方もいますが、介護困難でも、独居でも、認知症でも、"家で最期"を叶えることができます。

(あいクリニック平尾院長 奥村光絵)

在宅医療はチームケア

在宅医療では、訪問診療を行う医師の他にも、さまざまな職種が連携します。看護師による訪問看護、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士による訪問リハビリテーション、そして介護を中心とする生活支援を総合的にコーディネートするケアマネジャーなどです。

さまざまな事業所と積極的にコミュニケーションを取り、患者さんが安心して在宅療養が送れるよう多方面から支援します。



医師
看護師
リハビリ職
ケアマネ

実は身近な在宅医療

在宅医療は一般のご家庭や老人ホームなどで行われているため、普段の生活ではなかなか目にすることはないかもしれません。しかしながら在宅医療を受けている人の数はここ10年余りで右肩上がりに増加、その大半は75歳以上の後期高齢者です(厚生労働省 平成29年患者調査)。

以下は、多摩市と稲城市に拠点を置くあいセーフティネットの実績です。みなさんが思っているより、在宅医療は身近な存在になっています。

訪問診療

訪問診療(定期的な診察) 1,761件/月

往診(緊急時の診察) 118件/月

在宅患者数 872人/月

※あいクリニック・あいクリニック中沢・あいクリニック平尾の合計実績
(2020年4月～2021年3月)

訪問看護/訪問リハビリ

3,077件/月

※あい訪問看護ステーション・あい訪問看護ステーション中沢・あい訪問看護ステーション平尾の合計実績
(2020年4月～2021年3月)

お看取り

199件/年

※3クリニック、3訪問看護ステーションの合計実績(2020年4月～2021年3月)

費用のこと

在宅医療にかかる費用は病気の種類や医療機器の装着状況などによりさまざまですが、一般的には室料などがかからない分、入院や施設入所よりも低額になります。

【参考】月2回、訪問診療を利用した場合(あいクリニックの例)

※下記の金額には、訪問診療費・交通費・居宅療養管理指導料を含みます。

	ご自宅	施設 (グループホーム・有料老人ホームなど)
医療保険 1割負担	7,660円～8,560円/月	3,280円～3,900円/月
医療保険 3割負担	22,000円～24,700円/月	7,670円～9,530円/月

在宅医のはなし

患者さんの希望を最優先に

患者さんが住み慣れた場所で、何も制約されずに好きなことをしながら医療を受けられることができます。在宅医療のいちばんの魅力です。難病の方やがん末期の方も多くいますが、ご自宅だとみなさんの表情がやわらぎます。もし容態が悪くなった場合、在宅医療でも大概の対応は可能ですが、ご希望があれば病院と連携し入院の調整もします。そして容態が落ち着いたら退院し家に戻ることもできます。もちろん、お看取りまでご自宅でという希望があれば全力でサポートします。ご要望でも不安でも、まずは何でも遠慮なくご相談ください。

(あいクリニック院長 濱谷弘康)

在宅医療のこと、介護のこと、なんでも聞ける無料の総合相談窓口

在宅なんでも相談室(あいクリニック内)

〒206-0012 多摩市貝取1431-3 TEL 090-8478-8634



ai

あいセーフティネット

24時間365日 あなたに必要なサポートを

在宅医療に関するお問い合わせ



訪問診療

あいクリニック

〒206-0012 多摩市貝取1431-3 TEL 042-375-9581

あいクリニック中沢

〒206-0036 多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢A棟1F TEL 042-311-2820

あいクリニック平尾

〒206-0823 稲城市平尾3-7-4 コーシャハイム平尾1F TEL 042-350-5062

訪問看護・訪問リハビリ

あい訪問看護ステーション

〒206-0012 多摩市貝取1431-3 TEL 042-371-6888

あい訪問看護ステーション中沢

〒206-0036 多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢A棟1F TEL 042-311-2822

あい訪問看護ステーション平尾

〒206-0823 稲城市平尾3-7-4 コーシャハイム平尾1F TEL 042-350-8615

居宅介護支援事業所

ケアプランセンターあいクリニック

〒206-0012 多摩市貝取1431-3 TEL 042-375-9598

ケアプランセンターあいクリニック中沢

〒206-0036 多摩市中沢2-5-3 ゆいま～る中沢A棟1F TEL 042-311-0933

ケアプランセンターあいクリニック平尾

〒206-0823 稲城市平尾3-7-4 コーシャハイム平尾1F TEL 042-318-1826

社会医療法人 河北医療財団

あいセーフティネット