

# いままなぜ在宅医療が重要なのか

在宅医療と聞いて皆さんの頭に浮かぶのは、熱を出した子どものところに出向く白髪のドクター、大きな黒い往診カバン、首にかけた聴診器……。そんなイメージでしょうか。しかし現代の在宅医療は緊急の往診にとどまらず、高齢化社会を支える重要な要素となりつつあります。本稿では、その理由や価値をお伝えしたいと思います。



**塩田 正喜**  
河北フアミリークリニック南阿佐谷院長  
しおた まさよし  
日本プライマリ・ケア連合学会家庭医療専門医・指導医 / 日本専門医機構総合診療専門医・研修特任指導医・プログラム責任者

## 在宅医療の重要性

いま、そして今後なぜ在宅医療が重要と変わってくるのか。キーになるのは団塊世代と団塊ジュニア世代です。特に団塊ジュニア世代が高齢者に入る2040年には、65歳以上の

高齢者が人口の35%を、そのうち75歳以上の後期高齢者が20%を占めるに至ります。

高齢者の急速な増加にともない、当然ながら死亡者数も2040年までは増加すると推計されています。2022年の死亡者は約157万人

心となるのが在宅医療です。

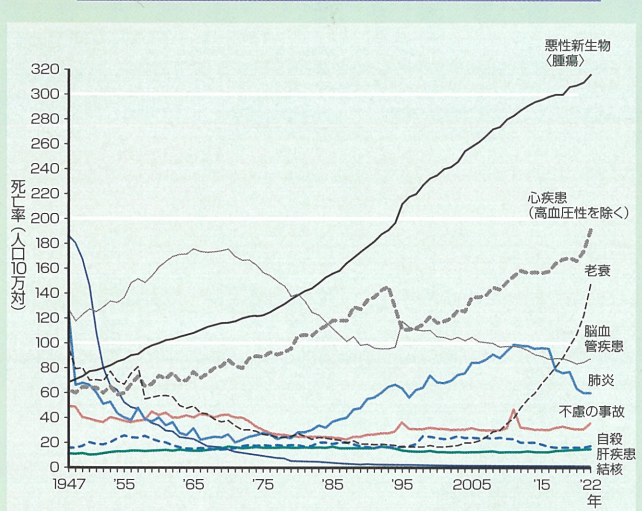
## 訪問診療の実際

日本の保険制度では、計画を立てて訪問する診療を「訪問診療」、緊急の求めに応じて訪問する診療を「往診」といいます（冒頭のおじいちゃん先生は「往診」です）。

訪問診療では、医師は概ね月に1、2回（必要があればより頻回に）患者宅を訪問し、問診、診察、処方を行います。検査は病院のように行いませんが、採血・尿検査は可能で、施設によっては超音波検査やレントゲン検査が可能なところもあります。治療も病院のようにはできませんが、使える注射や点滴、酸素などの道具を工夫して用い、症状の治療・緩和に努めます。

また、「365日24時間対応」も在宅医療のとても重要な要素です。訪問診療では患者さんに連絡先を伝え、いつでも相談を受けます。四六時中連絡が来て大変だと心配されることもありますが、24時間いつでも対応

図 主な死因別にみた死亡率(人口10万対)の年次推移



「令和4年(2022)人口動態統計月報年計(概数)の概況」(厚生労働省)より抜粋、一部加工  
<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/geppo/nengai22/dl/gaikyouR4.pdf>

で、10年前と比較すると30万人ほど増加しました。これが、2040年には166万人を超えて過去最多になると推計されています。なかでも後期高齢者の死亡が増加し、死亡者の85%程度を占めるとされます(1960年代は約30%、2010年代でも約60%)。

また、本邦の死亡統計での死因に目を向けると、悪性腫瘍、心疾患に続く3番目が2019年以降は老衰になっていることがわかります(図)。冒頭からネガティブに感じる情報を書き連ねましたが、これは戦後、病院を中心に医療が飛躍的に発展し、ほとんどの病気が治療可能となった結果として「多くの人が85歳以上まで年齢を重ね、老衰で生涯を終えることができるようになった」ことの証左であるといえます。

この高齢者の増加が、在宅医療の必要性につながります。

## 治す医療から支える医療へ

戦後、医療は救急医療、手術治療、動ベッドを手配します。ゴミを集積所まで運べないという相談には、対応する行政のサービスを紹介することもあります。

在宅医療が生活を支える医療である以上、自宅での生活を阻害する問題は、病気でなくとも在宅医療に関わる問題です。よくある生活問題については解決の手段や専門家を熟知し、医者の方針でなくとも速やかな解決に導けることが、訪問診療を行う医師の技量の一つでもあります。

## 在宅医療の価値

病気を治す、という面だけで見ると、在宅医療は病院の医療には及びません。しかし、患者さんの日常生活にふれながら提供する在宅医療には、別の価値があります。家族写真やさまざまな賞状、趣味の絵や写真などに囲まれた、自宅という自

抗がん剤治療など、さまざまな領域で目覚ましい進歩を遂げました。重篤な病気になるか、人々は入院して集中的に医療の提供を受け、病状が落ち着くと退院します。病院医療の発達により、日本人は50年前よりもずっと長生きになりました。

しかし医療が進歩したとしても、私たちはずっと健康でいることはできません。がんや脳卒中、心筋梗塞などは慢性化しやすく、ときに後遺症を残し、その後の継続的な医療を必要とします。また、認知症やがんの末期など、人生の終末期では症状の緩和のための医療が必要となります。すべての病気が避けられたとしても、人は老い、やがて体の自由が利かなくなります。医療は病院のなかで完結しなくなり、長く付き合っていくものに変化しているのです。

そこで、治らない病気や体力の低下に寄り添い、生活を支える医療が重要になってきます。病院を中心「治す医療」が発達してきましたが、これから「生活を支える医療」の中

分の城で患者さんが見せる姿は、病院で見るとそれよりも何倍も「その人らしい」ものです。家族と過ごすことで症状が緩和されたり、病院では見られなかった活力が湧き出てくることもしばしば目にします。

その人らしく暮らすことをテーマで支えることで、その人の生命力を最大限に引き出すという面において、在宅医療は病院の医療よりはるかに柔軟で力強いものだと感じています。社会がますます高齢化するなか、医療の役割は単に病気を治すことだけではなく、病気を支える。それが在宅医療の価値であり、やりがいです。

「治す」と「支える」という対比を用いて、病院医療と在宅医療について述べました。読者の皆様のご両親や祖父母、もしかすると皆さんも今後在宅医療を利用するかもしれません。そのときに少しでも参考になれば幸いです。