

住み慣れた自宅や地域で“自分らしく”生活するために…

在宅医療・介護連携サポートセンター ☎・☎(581)0340 FAX(581)0203

「住み慣れた自宅や地域で最期を迎えたいけれど、実現は困難では」と、不安を感じていませんか。病气やけが、加齢などで心身の動きや機能が低下し、今までどおりの生活が困難になった場合で

か。も、必要な医療・介護サービスを受けることで、自分らしい生活を続けることができます。

在宅療養に関するQ&A

Q1 自宅で療養し、安心して最期を迎えることができるのですか。

A1 在宅医、看護師、ヘルパーなどの訪問や、ベッドなどの福祉用具の利用など、医療・介護サービスが自宅での療養をサポートします。
また、がんなど苦痛を伴う状態では、訪問診療、訪問看護や薬剤師などによる訪問により、苦痛の緩和やコントロールを行いながら療養することができます。

用語解説 訪問診療・薬剤師による訪問

通院が難しい人には、医師が定期的に自宅に訪問して診療を行います。薬剤師が自宅に訪問して、薬の飲み合わせや体調・副作用のチェック、残薬の管理調整などを行います。



Q2 支えてくれる家族の負担が心配です。

A2 家事支援や身体介護を行うヘルパー(訪問介護)、施設に通い、入浴や食事などの介護や機能訓練を受ける「デイサービス(通所介護)」、短期間施設などに宿泊できる「ショートステイ(短期入所)」などを利用して、家族の介護負担を軽減することができます。

Q3 緊急時の対応が心配です。

A3 緊急対応が可能な往診医や訪問看護師の訪問をケアプランに位置付け、緊急時に診察や治療を受けることができます。

用語解説 訪問看護

自宅に看護師や理学療法士などが訪問して心身のケアを行います。

自宅に看護師さんが来てくれ、病気のことを相談できて、とても安心しました。



Q4 療養は家以外の施設や病院などを選択してもよいですか。

A4 人生の最期をどこで、どのように過ごしたいかは人それぞれです。望む療養生活や看取りができるよう、本人の思いを家族などの大切な人と共有しておくことが大切です。かかりつけ医やケアマネジャーなどの支援者にも共有しておきましょう。早いうちから相談し、希望を伝えておくことが大切です。

用語解説 ケアマネジャー

本人や家族の望む生活が実現するよう、希望や心身の状態を確認して、その人に合った介護サービスの計画(ケアプラン)を立てます。

希望する療養生活や最期を迎えるために準備しておきたいこと

考えてみましょう

これまでの人生を振り返り、これからどうしたいか改めて考えてみましょう。
・自分はどんなことを大事にしてきたか、大事にしていきたいか。
・最期は、どこで・どんなふうを迎えたいか。

話し合いましょう

最期まで自分らしく暮らすためには、自分の思いを話し、ご家族や大切な人と共有しましょう。
・これからどうしたいか。
・どんなことをしてみたいか。
・どんな医療を受けたいか、受けたくないか。

エンディングノートを活用して書き留めておきましょう

思いや考えは状況によって変化します。いつでも書き直しができます。書けるところから書きはじめてみましょう。

守山市版エンディングノート

「これからの私」「もしものときのために備えたい」「大切な人に伝えたい」の3部構成です。市役所(在宅医療・介護連携サポートセンター)、すこやかセンター、各圏域地域包括支援センター、各地区会館、市立図書館、エルセンター、北公民館、駅前総合案内所などに設置しています。

余生ではない、最期まで自分らしい人生を



守山顔の見える会 代表 福田 正悟 医師

エンディングノートは自分に何かあった時に困らないようにするためだけでなく、人生を振り返り、これからどう生きるか、これから何を大事にしていきたいかを考えるきっかけ作りになるものです。年齢に関係なく、自分の思いをつづり家族へ届けることに意味があります。生活の変化や節目ごとに「考え、話し合い、書き留める」を繰り返すとよいでしょう。

在宅医として、日常の患者さんと接して、一般診療ではできない治療や介護を、家族や介護スタッフみんなで支えることができるのが、在宅療養の一番良いところだと思います。

※守山顔の見える会は、医療・介護・福祉に携わる多職種の連携を強化するために、守山野洲医師会が主催している学習会です。

在宅医療・介護を知ってもらうための取り組み

展示コーナー

在宅医療や在宅看取りに関する展示を行います。エンディングノートや看取り川柳など、関連するグッズなども多数展示しますので、ぜひお越しください。
時 10月21日(月)～28日(月)
午前9時～午後9時
(初日午後1時から、最終日午後3時30分まで)
所 市立図書館 ギャラリー

エンディングノートの書き方講座

これからの人生を考えるきっかけとなる講座を開催します。エンディングノートの書き方について学んでいただけます。
時 10月28日(月)午後2時～3時30分
所 市立図書館 多目的室
用 10月21日(月)までに在宅医療・介護連携サポートセンターへ申し込み。