



## 在宅医療のすすめ

千葉県医師会副会長

土橋 正彦 医師  
つちはし まさひこ



病気や障害の急性期の治療が一段落し、療養をしながらの暮らしが必要になったとき、住み慣れた自宅で自分らしく療養生活を送りたいと思うことは患者さんや障害のある人の自然な「のぞみ」と言えると思います。また「自宅で最後まで安心した老後の生活を送りたい」というのは、多くの高齢者の願いでもあります。しかし、残念ながら、介護が必要になった時に、その願いは不安に変わると言われていますが、最近、不安のない在宅での療養生活を支える様々な仕組みが、整ってきました。特に、医師による訪問診療や看護師が訪問を行う訪問看護ステーションも整備され、24時間<sup>365日</sup>に対応した在宅医療に重きを置いた医療機関も増えています。また、身近な「かかりつけ医」でも訪問診療や往診を行っている診療所もあります。

さらに介護保険制度が平成12年から施行され、自宅での在宅療養を様々な介護サービスと多職種の専門家が支えてくれるようになりました。介護保険によるサービスの提供は、ケアマネジャーによる要介護者への課題分析を基にどのような介護サービスが必要とされているかの検討が行われ、ケアプランが提案されます。そして要介護者や家族と相談しながら、必要な介護サービスが実施されます。

日本では昭和30年代までは、自宅で看取することは普通のことと、当時は80%以上の方が自宅で亡くなっていました。その後、病院での死亡が増えて、現在では自宅での死亡は14%程度まで減少しましたが、在宅医療が見直され、最近では徐々にですが、自宅での看取りが増えてきました。要介護者の気持ちに寄り添い、在宅療養を選択することを検討してはいかがでしょうか。在宅でも必要な医療は、ほとんど受けることができますので、安心して「かかりつけ医」やケアマネジャーに相談してください。

## 目次

### 特集

知っておきたい「在宅療養」という選択肢 1

### スポーツコーナー

こんなに運動しているのに、  
何故やせないの? 5

### 新風—千葉県の最新医療情報紹介—

予防への取り組みで突然死を防ぐ!  
「肺塞栓症」 6

### アスリートに聞く! ~スポーツとカラダづくり~

トライアスロン選手 佐藤 優香さん 8

### からだのソラシド♪ マナボっと

肌の悩み「思春期ニキビを徹底解説」 10

### こども相談室

子どものけいれん  
〜いざという時にあわてないために〜 13

### 千葉県インフォメーション

麻しん(はしか)・風しんは予防接種で防ぎましょう!  
感染性胃腸炎にご注意! 14

### こころの健康

統合失調症について(その3・家族の対応) 16

### 元気からだ! Q & A

禁煙治療について 17

### 旬食野菜クッキング

だいこんと豚バラ肉の中華風煮物 18

### 医師会インフォメーション

間違い探しクイズ 他 21