

～ QOL（クオリティ・オブ・ライフ）の向上をめざして ～

住み慣れた我が家で

在宅療養(ホスピスケア)Q&A No.2



仙台ターミナルケアを考える会

目 次

発刊に寄せて

日記「住み慣れた我が家で」

今後の内容について

仙台ターミナルケアを考える会

発刊に寄せて

仙台ターミナルケアを考える会

会長 吉 永 馨

不幸にしてガンに罹っても半分は治る時代になりました。しかし、残りの半分は治療が効かず、生命の終焉を迎えることになります。現在、毎年36万人あまりがガンで死亡しています。ガンが進行し、治る可能性が失われても、人は生命の尊厳を保つことはできます。医療側も家族側も尊厳を全うできるよう、支えなければなりません。

そこで今回は、自宅で最期を迎えるケースを取り上げました。住み慣れた自宅で最期を迎えたいという人は多いのです。それを支える医療人や家族はそれなりの覚悟が必要です。家族の場合、経験がありませんから、在宅での看取りに不安を感じるでしょう。

以下、そういう事例を取り上げ、各場面での対応の仕方を具体的に解説します。該当する人、あるいは該当する家族は少なくないと思います。不安を感じる場合、どうぞこれを参考にしてください。

住み慣れた我が家で

9月30日

少しずつ秋めいてきた

そろそろ庭のナナカマドの実も

赤く色づいてきただろう

若くて元気な時は、仕事に忙しくなると

「病気で一、二週間入院でもできればいいな」と
不遜な事を言う

その実、内心では自分の健康を過信して、そんな
事は有りえないと思っている

私にもそんな時代があったが、思い上がりが重な
ると、遂にはバチがあたって大病をしてしまう

長年の不摂生の罰か・・・



疑問や心配事の相談は
地域医療連携室の看護
師、ケアマネージャー、
ソーシャルワーカー、地
域包括支援センターへ

筆者：72歳 男性

元会社員 肺がん

妻：70歳 専業主婦

長男：40歳 近隣居住

妻、子供二人

長女：35歳 遠方居住

夫、子供二人

1970年代頃まで、家の中の個室は座敷と便所と言っていいほど続き間が多くありました。そしてその中心に居間がありました。家族が病気になったら、居間の隣に布団を敷き、家族みんなが看病する…そんな風景が当たり前だったように思います。

近所にはかかりつけのお医者さんがいて、家族の状況、それぞれ家族構成から嫁姑の関係までわかっていて、電話ひとつで駆けつけてくれる安心感がありました。しかし、現代は病院死の時代になり、家族の看病や看取りの力が衰えてきました。

がんと診断され治療を受け続けてきても、残念ながら病状が進んで治ることが困難と思われてきた時、人生の最期を住み慣れた我が家の慣れ親しんだ日常風景の中で過ごすことは、心安らぐ自然な事かもしれません。

病院から在宅への移行時期から看取りまでを、創作事例の日記をたどりながら必要な情報を整理していきたいと思います。

» 日記の筆者の状況

がんの治療効果がなくなり積極的な治療が困難になってきました。担当医の病状説明で緩和ケア病棟に入るか自宅に戻るか選択の岐路に立っています。本人と家族に衝撃と不安が交錯しています。住み慣れた我が家に戻りたいが、在宅ケアについては全くわからず不安で、緩和ケアに対する本人と家族の思いに違いもあります。本人はすでに病状が進み体力の低下、食欲不振、歩行困難、息切れなどが現れています。妻は今のところ健康上問題はないものの介護面で不安を感じています。本人は、残された時間を自宅で妻とともに過ごしたいと考えています。



住み慣れた我が家で

10月3日

人生は不思議なものだ
それは我々の人生は我々のものであり
また我々のものではないという事である
奇矯な言い方だが言葉を変えれば、
我々が精進努力して制御できるのは、
自分の人生のせいぜい半分位で、他は
我々の力の及ばない何か別の大きな力に
よって制御され如何ともし難い
天命とか命運といったものがこれであろうか
そしてまた、人生のドラマチックな不思議さは、
多くはこうした世界で起こるのである

担当医から、外泊訓練の話あり
妻の顔を見る

» 本人がどう生きたいのか
暮らしたいのかが大事！



外泊訓練

在宅療養を決める前
に一度外泊訓練をし
て、困る点は何かを
チェックする

自立度チェック表

項 目	内 容	チェック
食事	一人でご飯を食べる	
トイレ	ズボンの上げ下げと排泄と後始末	
お風呂	湯船に入る 自分で洗う	
身支度	歯みがき 洗面 ひげそり 整髪クリーム等のふたの開閉	
着替え	服の脱ぎ着 靴下の脱ぎ着	
動作	歩行 寝返り ベッド上の起居動作 階段の昇降	

在宅で療養する前に、どの程度独立して生活ができるかを確認しておきましょう。事前に、毎日繰り返される動作がどの程度できるかを判断しておくことで、介護しやすいように家の中の配置を変えたり、必要な用品を準備することができます。



住み慣れた我が家で

10月11日

外泊のため久しぶりに我が家へ
夕方、息子の嫁が顔を見せた
中高生の母は忙しいようだ、私の好物の
鰻の蒲焼を差し入れて帰ってしまった

久しぶりに妻の味
このところ食欲がなかったが、
今晚は食がすすんだ

慣れた天井を見るとほっとする
俺は、またこの家に戻って来られるだろうか…

》 介護してくれる家族に負担がかかってしまうことへの不安もあるでしょうが、退院調整会議で退院後の生活についてはきちんと話し合われます。

ワンポイント アドバイス

在宅療養を始めても、途中で自信がなくなったら再度入院することも可能です。帰りたい気持ちがスタートラインです。

» 在宅療養までの手順

介護保険を申請する（１か月位かかるので早めに申請、代行申請可能）。



主治医意見書を役所へ提出。介護認定審査会で介護保険が認定される。



区役所（市役所）・総合支所など市区町村の認定調査員が病院へ出向き、訪問調査を行う。



在宅医、ケアマネージャー、訪問看護ステーションを決める。
※上記のことは入院中に行うのが望ましい。

» 退院調整会議

病院に在宅医、訪問看護師、ケアマネージャー、福祉用具の業者などが集まり、本人・家族、主治医、担当看護師、連携室職員を交え退院後の生活について話し合う。

» 在宅酸素（必要に応じて準備）

入院中は主治医による指示書によって酸素会社へ申し込むと、レンタルで酸素の器械が自宅に届く。在宅療養に移行後は在宅医との契約になるため、改めて在宅医が酸素業者へ指示書を出す。

在宅酸素指導管理料が患者さんに請求される。（医療保険適用）



住み慣れた我が家で

10月22日

ベッド横の窓からは空しか見えない
それでも空気が澄み高く感じられる

以前から「父親の年までは生きたい」等と
いう事を子供達や周りの人達にも話してきた
しかし今は少し思いが違ってきた
考えてみると、もう人生の先のことまで
とやかく思い患う年ではない
今は天命に任せ、日々是好日を楽しむのが
分別というものであろうか

本日入浴、体調は悪くない
退院日が決まった
この次は家の風呂に入れる



退院時に必要であれば
介護タクシーを申し込んで
おくと便利です。

» 退院までの準備

在宅療養で困りそうなこと、やらなければならないことを看護師など医療スタッフに指導してもらっておくとよい。

着替え、おむつ交換、陰部洗浄、尿処置、
内服薬の管理（日毎の薬ケース準備）、
車椅子への移乗の仕方など

福祉用具は、ケアマネージャーからの連絡により福祉業者から自宅へ届けられる。



レンタル用品

- 一割負担 ベッド、ベッド柵、マットレス、
車椅子、床ずれ防止用具
- 全額負担 点滴スタンド



購入用品

ポータブルトイレ・シャワーチェア（1割負担）
滑り止めマット・尿器（大型ドラッグストア、介護
ショップなどで購入可）（全額自己負担）

※オムツは半年以上寝たきりの場合に補助されるが
補助の方法は市町村によって異なる

※胃ろうや人工肛門の場合はその他に器具や材料が
必要、補助の方法は各市町村の福祉関係部署へ確認

住み慣れた我が家で

1 1 月 2 3 日

いよいよ退院

視界には、懐かしいもの
耳には、孫のにぎやかな笑い声
そして久しぶりに見る娘の顔

身体のが抜けただようで、心地よい
このままの体調が続くことを祈る
今日はゆっくり眠れそうだ

介護用品のカタログを見て、その種類の多さに驚く
妻は取扱い方に不安があるようだ



ワンポイント アドバイス

治療により中断されていた「生活」が始まります。落ち込んだ時や辛い時は、スタッフにSOSを出しましょう。

» 退院後の生活

在宅医、訪問看護師の初回訪問があります。訪問日や診療体制、訪問体制、療養上の注意、処置や介護の方法、医師、看護師への連絡方法など詳しい説明があります。

? 医師、看護師はすぐ来てくれるのか。痛みが強くなったらどうしよう。

A 基本的には、医師も看護師も 24 時間、365 日対応体制を取っています。在宅でもチームケアを行っているので、それぞれの職種間での連携はとれています。安心して療養生活が送れるように不安や心配事など何でも相談するといいでしょう。お互いのコミュニケーションを大事にしましょう。

? 薬は薬局まで取りにいかないといけないのでしょうか。

A 薬は担当薬局の訪問薬剤師が自宅に直接届けます。薬の飲み方、薬に関する説明や指導を行い、相談も受けてもらえます。医療保険管理料として保険適用になります。

? 携帯用の酸素がなくなったらどう手配するのでしょうか。

A 携帯用の酸素ボンベが空になりそうなら、酸素業者が自宅へ届けます。介護に必要な連絡先の一覧表をベッドの横に貼っておくと便利です。

住み慣れた我が家で

1 2 月 1 6 日

息子が小旅行を言い出した
そういえば、妻とドライブに行ってから
ずいぶん経ったな

このところ微熱あり だるい
妻が好きなハーブ園に行く話で盛り上がっている
息子に甘えてみようか…

そういえば、とうとう庭に燈籠を立てずじまい
だったな

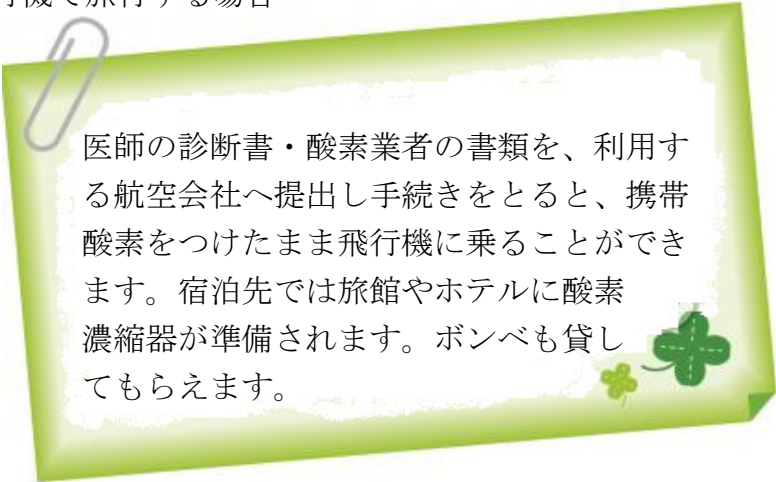
妻が露地風になると喜んでいたのに…
私のことが一段落したら、好きなものを
立てるといい

» 普段の生活を送りたい、自分のペースで生活したい、やりたいことをしたい、やり残していることをやっておきたい。そんな気持ちを大切に。

ワンポイント
アドバイス

酸素吸入をしている方が旅行したい時は、看護師に相談しましょう。

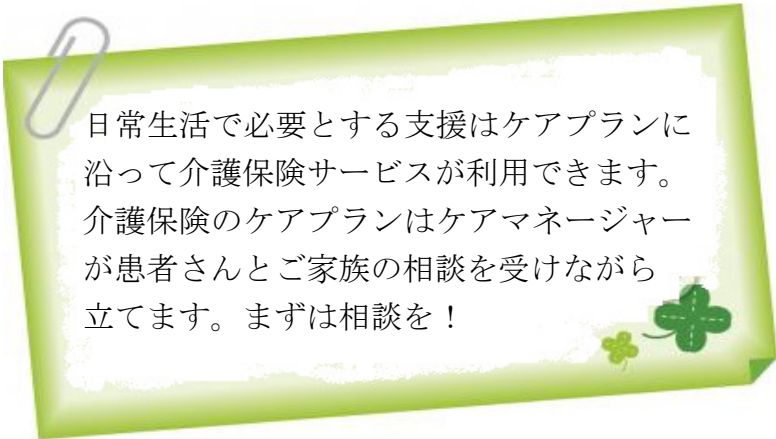
» 飛行機で旅行する場合



医師の診断書・酸素業者の書類を、利用する航空会社へ提出し手続きをとると、携帯酸素をつけたまま飛行機に乗ることができます。宿泊先では旅館やホテルに酸素濃縮器が準備されます。ボンベも貸してもらえます。

» 今後のことが心配

(食事、トイレ、入浴、介護、薬が飲めないなど)



日常生活で必要とする支援はケアプランに沿って介護保険サービスが利用できます。介護保険のケアプランはケアマネージャーが患者さんをご家族の相談を受けながら立てます。まずは相談を！

» ヘルパーによる支援

買物、調理、食事介助、入浴、清拭、排泄介助、おむつ交換、掃除など身の回りの支援をします。

住み慣れた我が家で

1 2 月 2 2 日

住所録が気になっていたが、整理できた

最後に字余り

オンエアの夢も楽しかりしが今日もまた
日々是好日で我が心和む

幽明の境迎える心根は
無明の刻に身をばゆだねん

ありがとう



- » 一人でもう何もできなくなった
理学療法士(PT)・作業療法士(OT)によるリハビリを受けることができます。(がん末期と診断されると医療保険適用)
- » ケアコール導入(市町村でサービス様々・窓口受付年1回のみ)
ヘルパーの事業所で24時間コール(緊急通報)対応があります。

》 旅立ち

食べる量が減ってきた
食事の時にむせるようになった
トイレに行けなくなった
眠っている時間がだんだん長くなってきた
場所や人を取り違えたり、変な事を言うようになった
(せん妄)
すでに亡くなった人を探したり声をかけたりする
(お迎え現象)

声がかすれるようになる
声が聞きとれなくなる
呼吸がだんだん弱くなる
旅立ちを迎える



本人とご家族の時間を大切にしますが、心配になれば
医師や看護師へ連絡して下さい。
医師、看護師がいない時、あるいは、家族が不在時に
亡くなられた時でも、法的に問題はありません。
慌てず医師を呼んでください。

今後の内容について



- ・在宅での療養をサポート（援助）するチームケアについて
- ・訪問看護について
- ・費用について
- ・実際に在宅療養している患者さんやご家族、看取ったのちのご遺族の心理・生活状況など
- ・皆様から寄せられた質問への回答
- ・その他

引き続き疑問のアンケートを受け付けています。どのような質問でも結構ですので、ご協力下さいますようお願い申し上げます。なお、ここで得た個人情報は本会での目的以外に使用せず、秘密は厳守いたします。

アンケートの提出は、総会や「生と死」のセミナー開催時にお持ちいただくか、郵送・FAX・メールでも受け付けています。多数のご協力をお待ちしております。



仙台ターミナルケアを考える会

この会は、生と死の意味を学び、考え、知り合い、実践する事を目的として 1989 年（平成元年）に設立されました。医師や看護師をはじめ、医療、教育、宗教など幅広い分野から多くの方々の力を結集し、Q O L（Quality Of Life）向上に寄与することを目指して活動を展開しています。



活動内容

1. 「生と死」のセミナー・講演会・シンポジウム等の開催
2. 緩和医療施設への支援
3. ホスピス 110 番（毎週水曜日 13:00～16:00）
4. 「生と死」の出前講座
5. 在宅患者・家族へのボランティア活動の支援
6. 広報活動及び会報の発行



事務局

〒983-0826 仙台市宮城野区幸町 4-7-2

みやぎいのちと人権リソースセンター内

tel/fax 022-293-3275

E-mail : t-care@poem.ocn.ne.jp

「在宅療養（ホスピスケア）Q&A」— No.2 —

発行日 2014 年 4 月 10 日

編 集 仙台ターミナルケアを考える会事務局

発 行 仙台ターミナルケアを考える会

※この内容を無断転載、コピーしてのご使用はご遠慮下さい。
