

はじめに

私はこのグローバル探求で、高齢者の権利について考えました。私は高校に通うために、祖父母の家に住んでいます。だからこの話題は自分にとって身近だし、無関係なことではないと感じ、私のゼミ「笑顔のコミュニティ」において、その分野を高齢者に決めました。そこで、高齢者の人権に注目しました。高齢者の生き方や自己決定権を尊重するための体制があります。例えば、癌の終末期患者が、在宅で医療を受けるかどうかという問題があります。在宅医療とは、end of lifeにある患者の尊厳や生活の質を重視するための一医療形態です。地域を病棟と捉え、24時間365日の安心を提供します。疾病を生活機能分類ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health) の観点から生活機能障害と捉え、集学的ケアや介護と連動する形で医療を提供します。患者が有する病態や背景を包括的に把握することにより、その臨床経過や改善可能性、予後などを予測して、“軌道”に基づく意思決定支援を患者に継続して提供するします。迫りくる高齢多死社会に対応するためには、在宅医療の普及発展が必要不可欠であることから、複数医師の共同による体制づくりや、医師と訪問看護師がチームとして機能するなど、在宅医療チームが地域の中で構築されていく必要があります。ですが、患者が在宅での医療を希望した時、患者の家に行き、診療する医者や介護者が居ます。病院医療と在宅医療、そして介護が地域の中で連動して提供されるために、垂直的統合や水平的統合が図られるべきだとおもいます。現状では立ち後れている診療の標準化や研究、そして、在宅医養成のための教育研修が在宅医療普及発展の鍵といえます。

序論

自宅で最期を迎えたいと思っている高齢者は半数を超えています。一方、在宅で看取りを行っている医療機関数は全体の約5%です。これは、高齢者の希望通りの最期を迎えた人が少ない現状にあるということであるということです。日本の人口は減少局面を迎えているが、高齢者人口は増加し続けており、2030年には人口の30%超、2060年には40%前後になると予想されている。その医療機関数が多くないのは、在宅医療の際、医者や介護者の負担が大きいためだと思います。しかし、少子高齢化によって、介護施設や医療機関のニーズが高まっています。この状況の打破は、医療制度の変革や、医療従事者、介護者などの人員を増

やすしかなさそうです。これらを私が行うのは不可能だと思います。ですから、現状を見つめ、この体制を分析したいと思います。

本論

在宅医療の実態としては、訪問診療を行う診療所の数は20,167カ所（診療所全体の約20%）、訪問診療を行う病院の数は2,702カ所（病院全体の約30%）と、近年その数は横ばい状態です。診療所の開設主体は医療法人、個人が大半を占めています。診療所区分は、無床診療所が大半を占めています。施設基準の届出状況は、一番多いのは、「在宅療養支援診療所」次いで「機能強化型在宅療養支援診療所」です。機能強化型在宅療養支援診療所は、小規模の診療所では24時間体制の在宅療養はハードルが高いために、複数の医療機関との連携にとって支援体制を取っています。在宅医療で行う内容で多かったものは、「往診」、「訪問診療」、「訪問看護ステーションの指示書の交付」、「在宅看取り」が大半の診療所で行われています。往診とは、通院できない患者さんの要請を受け、医師がその都度診療を行う事で、具体的な日時を決めて計画的に診療を行う訪問診療とは異なります。そしてその往診においては、

「地域の多医療機関と協力しながら24時間365日対応している」、次いで「単独で24時間365日対応している」が多くを占めていました。連携している機関は、「訪問看護ステーション」が最も多く、次いで「居宅介護支援事業所（ケアマネージャー）」が多かったです。連携機関との情報の共有手段は、電話、FAXが多く、専用の連携用紙や情報通信技術も活用されています。これらからも、人手や負担がかなりかかるということが考察され、そういったことが在宅医療の課題でもあると思います。また、そういった制度的な課題の他にもデメリットがあると思います。

それは、家族の負担が大きくなるということです。在宅医療での最も大きなデメリットといえば、やはり家族などの支援やサポートを行う方の負担が大きいという点です。在宅医療は患者の希望に寄り添った医療を提供することが基本となります。自宅での療養になりますので、もちろん同居している家族にサポートは必要不可欠になります。特に身体的な機能が低下している場合であれば、入浴時のお風呂や食事にダイニングに行く、排泄のためにトイレに行くといった日常的な事に関してもサポートが必要になります。つまり家族の方は、看護や介護が最優先事項に

なるということです。在宅医療は安心できる場所で大切な人と一緒に過ごすことが出来る患者の想いや気持ちに寄り添った医療であることは間違いありませんが、それに伴いサポートや支援内容を家族が同意、理解してくれていることが重要です。現在は介護保険などを利用することで、身体的な負担や費用を軽減することは可能ですが、それでも看護師や医師がいない間は家族が介助を行うこととなりますので、家族の負担は大きくなってしまいます。家族がいて、かつ在宅医療に対して理解がある方であれば良いですが、サポートをしてくれる方が身近にいなかったり、家族が在宅医療に対して反対であれば、公的な支援だけで在宅医療を継続していくには限界があります。

それでも、在宅医療には多くのメリットがあると考えています。

そのひとつとして、生活の質が向上するということが挙げられると思います。病院では最先端の治療や検査を行うことが出来ますが、自宅のように心から安心できる場所で生活を送ることは出来ません。住み慣れた場所、食べ慣れた味付けの食事、大切な人との生活を送りながら健康維持や病状の悪化を防ぐために医療処置を行ったり、服薬管理を行っていくことが出来るのは、在宅医療の大きなメリットといえます。病院で入院療養をすると、様々な制約がありストレスが溜まってしまうことがあります。大部屋であれば他の人の動向を常に感じてしまいますし、食事も自分の好みでなかったり、排泄方法も決められています。入浴や食事の時間も決められており好きな時間にテレビを見たりと自由な行動は制約されてしまいます。しかし、自宅であれば安心できる場所で、いつもの布団、食事の味付けもいつも通りで、他の方の視線を気にしたり自分の動きを抑える必要もありません。家族のサポートは必要になりますが、好きな時間にお風呂に入り、食事に自分の食べたいものを出してもらいようをお願いすることも可能で、在宅医療にすることで、生活の質を高めることが出来ます。また、入院療養は患者さんにとって精神的な負担も大きくなりネガティブな想いに傾いてしまうことがあります。基本的に同じ病気や症状の方と同じ病室になりますので、進行していった方を目にしたり、亡くなる方がいる病室で入院を余技なくされている方もいます。そうすると、「いつか自分もこうなってしまうのか」と死を実感してしまったり、不安な気持ちを助長してしまう恐れがありますが、自宅の場合であれば住み慣れた場所で安心して生活を送ることが出

来ますので、入院中と比べると圧倒的にストレスを軽減することが出来、その結果前向きに治療に挑むことが出来ます。生活の質を高める精神的な安心やストレスのない生活というのは、単に治療を行うよりも大きな効果を身体に与えることがあり、入院している時よりも体調が良かったり、治療の効果が見られるケースも多くあります。そしてこれらは、患者さんの生きたい生き方を尊重することにもなります。

また、通院に対する家族の負担を減らすことができることも、メリットと1つだと思います。在宅医療であれば、自宅に医師や看護師などが来て処置を行ってくれます。訪問看護や往診などは代表的な在宅医療ですが、他にも訪問リハビリテーションや訪問薬剤指導など多方面から患者さんをサポートし、自宅でしっかりと療養出来るようになっており、患者さんだけでなく在宅医療を支えていく家族の方の支援も行うことが出来ます。入院医療や通院医療の場合であれば、家族の方が病院に直接行くこととなります。自分1人が行くだけなら簡単だと考えるかもしれませんが、病院の面会時間に合わせてスケジュールを考えたり、必要なものを忘れた場合には取りに戻ったりしなければなりません。近くの病院であれば良いですが、中には片道1時間以上かかる方もいますので、そうすると往復だけで大きな時間がかかってきてしまいます。仕事をしていると自分のスケジュールに加えて、病院のスケジュールも合わせていかなければならず、家族の負担が増加してしまいます。また、通院に関しても体が自分の思うままに動く方であればスムーズに病院へ行くことが出来ますが、中には通院であっても多くの機材と繋がっていなければならなかったり、思う様に体を動かすことが出来なければ、車に乗って移動するというのも重労働です。障害や病気の種類によっては胃瘻であったり医療チューブを必要としている方が車に乗り込み通院することは患者と家族に負担がかかってきてしまいます。また、症状によっては通院途中で体調を崩してしまう方もいます。つまり、通院といっても病気や障害を抱えている方にとっては簡単なものはないのが現実です。しかし、在宅医療であれば医師や看護師が直接自宅へ訪れて処置などを行ってくれますので、希望する時間まで自宅で自分の時間を使うことが出来ますし、自分のスケジュールにもある程度は合わせてもらうことが出来ます。在宅医療では、通院や入院に関する家族の負担を減らすことが可能となります。

先程も述べたように、ストレスが軽減されるこのも大きなメリットです。

「自分らしい生活を送る」というのは、実は病気や障害を抱えている方にとっては、意外とハードルが高いことになります。症状や病気の進行具合によって、食事内容が決められてしまったり、行動が制限されてしまうため、自分が「こうしたい」「こうありたい」と考えていても実現するのが困難なケースが多くあります。自分がしたいことが出来ないということは、心に大きなストレスがかかってしまいます。病気の治療では、症状や体調に合わせて治療方法を決定していきますが、単純にこの治療をしたから必ず効果が得られるということではありません。逆に、ストレスのない生活を送ることで、治療よりも大きな効果を得ることもあります。ストレスは万病のもとと言われるように、大きなストレスを抱えたままの治療では十分な効果が得られないことがあり、いかにストレスが体に影響を及ぼしているかがわかります。在宅医療はそのストレスを入院医療に比べて圧倒的に減らすことが出来ます。例えば、睡眠1つをとっても睡眠方法は千差万別です。豆電球や部屋が明るくないと眠れない方、自分の気に入った布団や枕でなければ眠れない方、眠る前に必ずテレビを見たり音楽を聴いてから眠る方、静まり返った部屋でなければ寝付けない方…このように、誰しもが同じ方法で眠るわけではないにも関わらず、入院をする時には一律で病院のルールに沿って合わせなければなりません。しかし、自宅であれば自分の好きなスタイルで入眠することが出来ます。このように、ストレスを軽減するというのは在宅医療のメリットであり、患者の治療効果も上げる可能性が高くなります。

結論

メリットの多い在宅医療ですが、その実行には大きな負担がかかり、課題も多いです。それに対しての解決の糸口はやはり制度的なものが結びつくので、自分が体制を変革していくことは難しいというのが自分への課題です。ですが、知識を得て、在宅医療のあり方について考え、自分を変えていくことはできます。

おわりに

自分は患者の立場になることはまだまだ先の事だと思います。ですが、私にも祖父母がいますし、父や母が患者、被介護者になる可能性はゼロとは言えません。ですから、在宅医療のデメリット、メリットを知り、

将来正しい決断ができるようになれば、自分は、家族の笑顔を守ることの手助けを出来ると思います。いや、絶対にします。

6. 参考文献・出典

<https://clius.jp/mag/2021/08/26/promotion-hmc/>

<https://www.mhlw.go.jp/content/10800000/000341065.pdf>