知っ得 医療・介護

藤田医科大学七栗記念病院
訪問事業部
國分　実伸

⑧もし要介護状態となったら

病気や怪我、年齢を重ねることで、ご自身もしくはご家族が、毎日の生活に誰かの助けが必要な状態となったらどうしたら良いでしょうか。今回はその時に知っているといいなと思うことを介護保険に関わる立場からご紹介します。

(1)住み慣れた家で生活を行うには

かつて親の介護は子や親族が行うものとされていましたが、少子高齢化が進んでいる現代では、家族だけで介護を担うのは困難になりつつあります。それでも家で生活していくために存在するのが介護保険を利用した訪問介護（ホームヘルパー）が入浴や排泄、調理・洗濯などの家事を援助する）や訪問看護（看護師が医師の指示をもとに、健康チェックや医療処置などを行う）などの介護サービスです。

介護サービスを受けるには要介護・要支援の認定申請が必要となってきます。

また、介護サービスを利用するには担当のケアマネジャーが必要です。ケアマネジャーはご本人及びご家族が希望する生活や状態に応じて、介護保険が定めた利用可能額の範囲で介護サービスを組み合わせてケアプランを作成します。こうして家で生活する準備ができてきます。

(2)要介護になっても自分らしく生きる

先述したように介護サービスは訪問看護やデイサービスやデイケアの通いサービスがあります。また、施設に入居して介護を受けるサービスもあります。どのサービスを組み合わせるのが最適なのかは、ケアマネジャーと決めていくことになりますが、常に考えて欲しいのは自分らしく生きるということです。

自分らしい生活は、本人が住み慣れた地域で、自らの意思で、どのような生活を送りたいかを決めることができてこそ実現されます。これまでのご本人の考え方、大切にしてきたもの、生活習慣などを家族や介護サービスのスタッフと共有し、できること、できるようになりたいことに取り組んでいくことが重要と思います。

そのためには、もし要介護状態になってもこういう生活はしたいなあとご自身の考えを周りに伝えておいても良いのではないかと思います。例えば、温泉に行きたい、買い物は自分でしたいなどんなでも良いかと思います。

誰もが要介護状態になる可能性はあります。介護サービスをうまく利用して自分らしく生きることはとても素敵なことだと思います。我々もそのお手伝いができると幸いです。