



自宅で安心して自分らしく過ごすために

## 退院後の生活に関するリーフレット



このパンフレットは科研費（20530581）の助成を受けて作成しています。  
研究代表者：畿央大学健康科学部看護医療学科教授 河野由美。



## 「家に帰る」

家に帰るにあたっては不安もあると思います。家に帰っても大丈夫だろうか？と。とりあえず家に帰ってみて、できることから少しずつやってみませんか？

在宅での療養を支えるさまざまなサポートがあります。それを上手に利用して下さい。多くの方が、最初は不安でも、家に帰ってやってみるなかで、自信をつけていけます。

## 「家に帰ってからのこと」

近年では医療技術が発達し、在宅（家）においても病院と同じ程度の高度医療を行うことができます。

×「自宅で過ごすこと＝医療が受けられない」

○「自宅で過ごす＝自分らしく過ごす」ことです。

自宅ではあなたやあなたのご家族の希望・価値観・習慣が優先され、あるがままに自分らしく（我がままに）過ごせるのが家です。

どのように過ごしたいのか、ご自分のご希望やご家族の希望を、ぜひ遠慮せずにお伝え下さい。





## 「在宅医療について」

近年、往診してくれる医師が増えています。住み慣れた家の近くで、「往診医」「在宅医」を見つけておくと安心です。往診医と病院の主治医が連携して、必要時は点滴などの医療処置もしてくれます。病院のMSW（相談員）が近くの往診医を探してくれます。



## 「訪問看護」

訪問看護は、自宅で安心して過ごすことができるようにお手伝いさせていただきます。医師と連携して医療的な面のバックアップはもちろんのこと、病気・症状・介護、生活全般に関して何でもご相談下さい。訪問看護は医療保険や介護保険で利用でき、必要な方には年齢・病気に関係なく利用できます。利用ご希望の方は入院中でもご相談下さい。



## ＜退院後の相談窓口＞

- 市町村の窓口：高額医療費など助成の相談ができます。  
お住まいの役所にお尋ね下さい。



×モ

