



## 「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」「訪問診療医」）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」

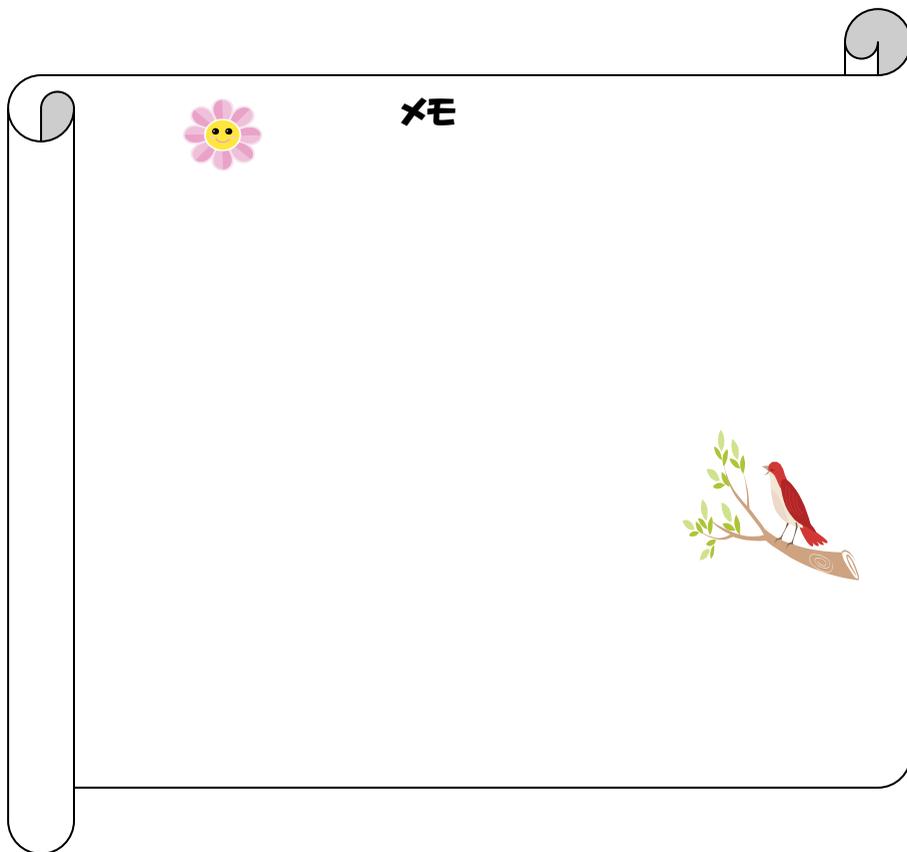
訪問看護は、自宅で安心して過ごすことができるようにお手  
伝いさせていただきます。医師と連携して医療的な面のバックアッ  
プはもちろんのこと、病気・症状・介護、生活全般に関して何  
でもご相談下さい。訪問看護は医療保険や介護保険で利用でき、  
必要な方には年齢・病気に関係なく利用できます。利用ご希望  
の方は入院中でもご相談下さい。



## <退院後の相談窓口>

- \_\_\_\_\_病院 地域医療連携室：Tel： \_\_\_\_\_
- 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。

\_\_\_\_\_市・町 医療課 \_\_\_\_\_番窓口  
Tel: \_\_\_\_\_





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（基盤 C:20530581）の助成を受けて 2009 年に作成した。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。