



在宅医療と新型コロナウイルス感染症

～ 在宅医療・介護を受けている方やその家族にお願いしたいこと ～

2020年8月21日

はじめに

今、新型コロナウイルス感染症は世界中で感染が拡大しています。

そしてこの感染症は、

- ・誰もがかかる可能性があること
- ・感染初期あるいは無症状でも感染を広げる可能性があること
- ・特に高齢者や様々な合併症を持つ方が感染すると重症化し、死亡率も高いこと（20%前後）

などの理由で恐れられています。

したがって、在宅医療・介護を受けている方やその家族は新型コロナウイルスに感染しないよう最大限の注意を払っていると思います。多くの在宅療養者は一人で外出できないことから、感染する場合、その経路は家族や訪問医療・介護サービスの提供者を介してであることが大部分です。このため、必要な医療や介護サービスを受けることを控える人も少なくありません。

たしかに、自分達の大切な人が感染しないために、外出を控えたり、外部からの医療や介護サービスも避けたりすることは、感染リスクを下げる意味では有効です。その一方で、病状の悪化の防止に必要な医療や介護サービスを受けないことによる身体面や認知面での障害が進むリスクもあります。

この災害とも言える感染症は長期化するものと予測されており、これら二つのリスクを比較し対応する必要があります。

日本在宅医療連合学会は、新型コロナウイルス感染症を想定した「新しい生活様式」を念頭に置いた「療養者やその家族にお願いしたいこと」を提言します。



① 療養者や家族の方が新型コロナウイルス感染症にかからないように努めましょう

在宅医療・介護を受けておられる方は、高齢者であったり基礎疾患を抱えたりしている方が多く、新型コロナウイルス感染症にかかると重症化したり、亡くなったりする可能性が高くなります。

そして、2020年8月21日時点で、新型コロナウイルス感染症に対する治療法は開発途上です。したがって、療養者やその家族の方にできる最も重要で有効な対策は新型コロナウイルス感染症にかからないことです。

このため、感染予防に努めている療養者や家族の方は、日常生活の中で「どうしようか」と悩むことがしばしばあると思います。

例えば、「デイケアでは感染の危険はないか」「在宅医療あるいは介護サービスを受ける際の感染の危険はないのか」「友人や親類が訪ねてくるのを止めた方がいいのか」「家族が出勤で電車に乗るとき、どんなことに気をつければいいのか」など、中々すぐに答えの出ない問題もあると思います。

そのような場合に、在宅医療・介護従事者は、療養者だけでなく、療養者の家族の方とも、感染予防のための現実的かつ具体的な解決策を一緒に見つけていきたいと考えています。



② 基礎疾患のコントロールをしましょう

どんなに注意していても療養者が新型コロナウイルス感染症に罹患する可能性はあります。その際に、生活習慣病をはじめとする慢性疾患等があると重症化しやすいと言われています。

つまり、これらの病気をコントロールすることが重症化の予防につながると考えられます。そして、生活習慣病のコントロールには薬だけではなく、食事・運動・禁煙などの生活習慣の改善が非常に重要です。また、食事（適切な栄養摂取）や適度な運動はフレイル予防としても重要です。

私達は今一度、栄養指導、適度な運動指導を通じて療養者の生活習慣の見直し、を皆様と一緒にやりたいと考えています。



③ 医療・介護従事者の感染予防対策にご理解・ご協力ください

療養者の生活を維持するためには、在宅医療・介護の力が不可欠です。特に生活の基盤を支える介護が破綻すると、療養者の生活は窮地に陥ってしまいます。

一人でも多くの療養者の生活を支えるために、医療・介護従事者を感染から守ることも重要であると私達は考えます。

そのために皆様をお願いしたいことがいくつかあります。

(1) ささいな体調の変化も、遠慮なく伝えて下さい

医療・介護従事者が適切に感染防御を行うため、体調の変化にお気づきの場合は、ささいなことでも良いのでご遠慮無く私達、医療・介護従事者にご相談ください。

(2) 経過や状況を何度も電話でお伺いすることがあります

療養者やその家族に新型コロナウイルス感染症の疑いがある場合、その経過や状況をお電話で詳しくお伺いすることがあります。場合によっては連日お電話で状況を確認することもあります。ご面倒ではありますが皆様にご協力いただければと思います。

(3) 適切な防護具をつけてお伺いすることがあります

療養者やその家族に新型コロナウイルス感染症の疑いがある場合、感染を防ぐため、必要に応じて感染防護具を着けてお伺いすることがあります。可能な限りプライバシーに配慮はいたしますが、医療・介護従事者の感染防止にご理解・ご協力をお願いします。



④ 新型コロナウイルス感染症に対する正しい情報を入手しましょう

新型コロナウイルス感染症についてはテレビ等で1日中様々な情報が大量に発信されており、何が正しい情報なのか取捨選択ができなくなっている可能性があります。誤った情報に基づき、「過剰に怖れ」、本当に必要な診察や治療およびケアを受けないことで病状が悪化し、あるいは障がいが進むことは療養者にとって、大きな不利益になります。

感染のリスクや行動制限の必要性は地域や時期によって異なります。できるだけ正しい情報に基づき、「正しく怖れ」、地域での感染蔓延状況を考慮した感染のリスクと、治療やケアを受けないで被るリスクを避けることができるようお手伝いしたいと考えています。



⑤ ご自身の望む生活やケアについて 話し合しましょう

新型コロナウイルス感染症は、これまでの私たちの生活を大きく変えてしまいました。「新しい生活様式」や「with コロナ」という言葉も使われていますが、一時的に我慢すればいずれ元に戻ることができるというものではなく、これまでの生活や人生の在り方、そして社会の在り方が問われ、多少の修正が必要になってきました。

例えば、在宅医療あるいは在宅介護サービスを受けていた方では、新型コロナウイルス感染症の蔓延状況によっては、希望通りのサービスを受けることができなくなり、そのために、身体機能や認知機能が低下することが考えられます。また、新型コロナウイルス感染症に罹患した場合、現状では入院での治療が原則とされています。入院により、身体機能や認知機能の障害が悪化する可能性があり、感染症が良くなっても、介護度が上がり、自宅には戻れないと判断されることもありますし、施設の受け入れが困難な事態も起こっています。さらに、家族や医療者と蘇生術等の延命治療についての話し合いを行っていても、重症化した場合には短期間に病状が悪化するために、再度話し合いをする時間がなく、希望が叶えられないこともあります。そして、入院して重症化した場合には家族との面会が許可されず、思いを伝えられないこともあります。

このような状況の中で、ご自身が望む生活やケアをできるだけ継続するためには、そして新型コロナウイルスやその他の疾患により生命の危機に直面した時にどのような選択をするか、あらかじめ話し合うことが必要となると考えます。そのためには、現状における新型コロナウイルス感染症に関する正しい情報をもっている医療あるいは介護従事者と繰り返し話し合うことが大切です。



この話し合い（人生会議※）は「何かを決める」ことが重要なものではありません。不安なこと、疑問に思っていること、考えていることを関係している医療や介護職と話し合ったり一緒に考えたりすることが大事であり、その過程を経ることで療養者やその家族の方によりよい医療やケアが提供できると私達は考えています。

また、感染リスクを懸念するあまり、話し合いが十分できないことも避けなければなりません。電話やインターネットなども活用し、感染リスクには十分な配慮を行っていきますので、皆様もお気軽にご相談ください。

※人生会議とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組のことです。