



**病気になったらどうしよう？**

—入院して待っていることと、  
退院まで支える病院の仕組みについて—


2017.11.5 (日)



**名古屋第二赤十字病院**  
古城 敦子



日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院



**病気になったら！入院したらどうしよう！？**

治るのかしら？

お金がかかるのかしら？

一人暮らしだから、退院しても生活できないわ

この先どうなるのかしら？







**大丈夫です！**

医師を中心に、看護師・薬剤師・リハビリスタッフ・  
栄養士などの各職種が、回復に向けてチームで支援  
させていただきます！

ただ！

**入院期間には、決まりがあります！**

日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

③ 2週間で退院してほしいと言われた

④ 看護師さんがとても忙しいので声をかけられない






入院期間は、病院の機能によって決まりがあります

看護師数は、診療報酬で看護師の配置人数が決められています

↓

そこで今日は




入院から退院までを支える、地域と病院の仕組みについてお話させていただきます



日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

### 本日の内容




1. 我が国の現状
2. 国の医療政策
3. 地域包括ケアシステムにおける当院の役割と地域の仕組み
4. 名古屋第二赤十字病院の取り組み
5. まとめ



日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

### 目的

1. 我が国の現状と、医療における現状を知る
2. 皆さんが医療サービスの利用者として、必要な情報を知り、自分の状態に合った医療を受けることを理解する
3. 入院を極力減らせるよう、生活環境を整える意識を強化する

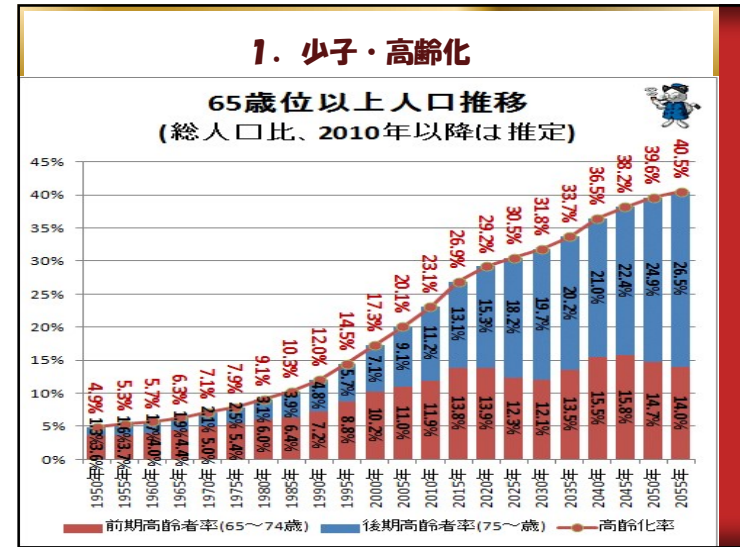
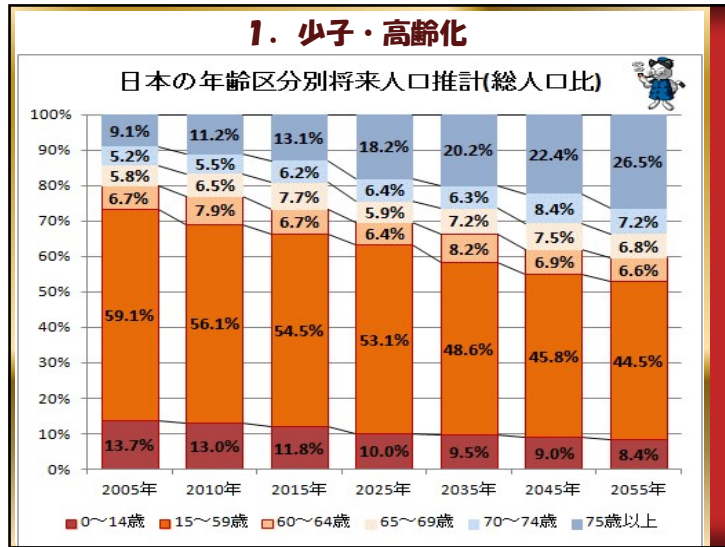


日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

### 1. 我が国の現状



日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院



### 高齢化

**【定義】**

- \* 高齢化社会 ⇒ 65歳以上の人口比率が7%~
- \* 高齢社会 ⇒ 65歳以上の人口比率が14%~
- \* 超高齢社会 ⇒ 65歳以上の人口比率が21%~

日本の65歳以上(高齢者)の人口  
2016年9月15日時点で3461万人

**総人口比は27.3%**

**25人に1人が65歳以上!  
4人に1人以上が75歳以上!**

~総務省統計局調査~

日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

### 名古屋市の高齢化率 H29年

名古屋市：24.5%

昭和区：24.3%  
天白区：22.0%  
千種区：24.4%  
瑞穂区：26.3%  
名東区：21.0%

日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

### 少子・高齢化のデメリット

子供が減る → 高齢者が増える

働く人の割合が低下

そうすると、  
働く人が減ると同時に、ひとり当たりの面倒をみないといけない人の割合が多くなる


年金等の社会保障制度の負担が大きくなる


働く人が減ることにより経済成長が鈍化するなど  
様々なデメリットが生まれる





## 2. 国の医療政策





2025年（平成37年）以降、日本の人口の30～40%が65歳以上の高齢者となり、社会を支える労働人口は60%から50%へ激減していく

医療費・介護費・年金の社会福祉費を消費する人口が増大し、その費用を稼ぎ出す人口が減る

### 2025年問題

4人に1人が75歳以上の超高齢社会



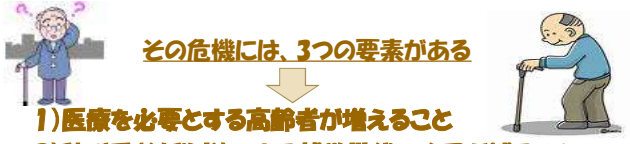



### 2025年問題

2025年に日本の医療が崩壊しかねない危機を迎えること

その危機には、3つの要素がある

- 1) 医療を必要とする高齢者が増えること
- 2) 稼ぎ手(納税者)である就労世代の人口が減ること
- 3) 看護師・医師の労働人口が減ること

これらの危機を回避するための方策として、厚労省は、「医療機能の分化・強化」「地域包括ケアシステム」を進めています。








**\* 医療機能の分化・強化とは**

医療機能の分化：得意分野に絞り込む  
 医療機能の強化：患者さんの必要性に合わせ、専門特化された質の高い医療

**\* 地域包括ケアシステムとは**

地域医療を充実させ、一つの病院だけでなく、地域で完結する医療システム

日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院




**医療機能の分化・強化**

2014年10月～ 病床機能報告制度が開始

全ての病院、有床診療所は

高度急性期  
 急性期  
 回復期  
 慢性期

区分した








日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

**病床機能報告制度**

区分を明確にすることで




患者さんにとっては、「重症度に応じた医療を、適切な場所で受けられるようになる」というのが、「医療機能の分化・強化」の意味するところです

日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

**地域包括ケアシステム**


高齢者が住み慣れた地域で、介護や医療・生活サポート及びサービスを受けられるよう、市区町村が中心となり「住まい」「医療」「介護」「生活支援・介護予防」を包括的した体制

日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

**「施設から在宅へ」を推進**



地域包括ケアシステムの大きな目玉として  
もう一つ国が掲げている方針が



↓

「重度要介護者となっても、なるべく長く、  
住み慣れた地域で暮らす」という「施設から  
在宅へ」ケアの場を移行していこうとしている点

地域医療連携は必須

日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

**地域医療連携とは**




日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院



**地域の保健・医療・福祉**

地域には、さまざま医療機関や介護福祉施設がある

**例えば**  
人口10万人の平均的な地域をとってみても、



8つの病院



70の診療所



30の薬局



2つの特別養護老人ホーム



1つの保健所







日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

**地域医療連携とは**


こうした地域の病院、診療所や介護施設、福祉施設  
や、行政機関等が、その役割・機能を分担して、お  
互いにネットワークを構築すること



**その目的は**  
医療連携ネットワークを通じて、住民に質が  
高く、効率的な医療・介護・福祉サービス  
を提供すること



日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院



地域医療連携が必要なワケ

日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

医療を取り巻く環境の変化

1. 少子・高齢化

2. 国民の意識・ニーズの変化

①慢性疾患患者の増加 ②国民医療費の増加

③高度で最良の医療を受けたい

3. 医療技術の進歩

④専門性への特化

高齢社会

日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

1-①慢性疾患患者の増加

生活習慣病に代表される慢性疾患が著しく増加

がん 循環器疾患 脳卒中 糖尿病

こうした慢性疾患患者は、生涯にわたって医療機関を受診することになる

日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

1つの病院・診療所に患者さんが集中！！

もはや、1病院や1診療所で診療が完結する時代は過ぎ去った

これからは、地域全体で一人の患者を、それぞれの医療機関や介護施設が役割を分担しながらフォローをする時代になった

日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

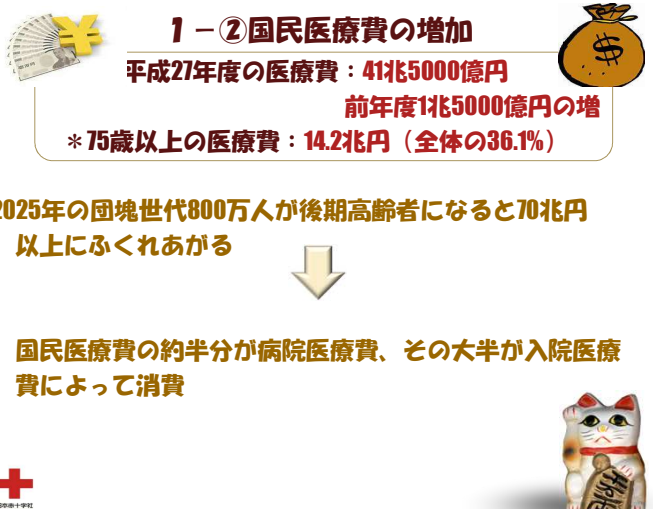

**1-②国民医療費の増加**

平成27年度の医療費：41兆5000億円  
 前年度1兆5000億円の増  
 \*75歳以上の医療費：14.2兆円（全体の36.1%）

2025年の団塊世代800万人が後期高齢者になると70兆円以上にくれあがる

↓

国民医療費の約半分が病院医療費、その大半が入院医療費によって消費

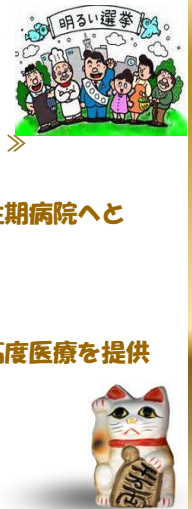

**2-③国民の意識・ニーズの変化**

「明るい選挙」

《高度な医療や最良の医療を受けたい！！》

\*急性期病院 ⇒ 高度急性期病院と一般急性期病院へと転換

つまり、高度医療に特化していくことで、高度医療を提供

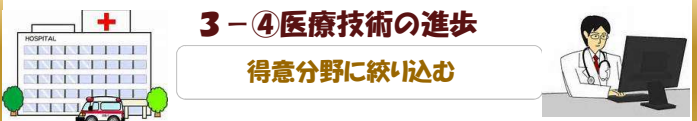

**3-④医療技術の進歩**

得意分野に絞り込む


高度医療・外科手術・診断医療・緩和医療・回復期リハビリテーション・慢性期医療・一般医療等、専門化する

患者の必要性に合わせ、専門特化された高い質の医療を提供

そのためには、医療連携は不可欠





日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院




**地域医療連携が必要なワケ**


効率的で質の高いサービスを提供するために、切れ目のない医療を保證することが求められ、地域医療連携は不可欠になった



日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院







### 3. 地域包括ケアシステムにおける 当院の役割と地域の仕組み

### 名古屋第二赤十字病院の概要 (平成29年4月1日現在)

**特色**

- ・地域医療支援病院・がん診療連携拠点病院
- ・救命救急センター・総合周産期母子医療センター
- ・日本赤十字社の国際医療救援拠点病院




診療科目	26科	I-ICU	12床
病床数	812床 (I類感染2床含む)	E-ICU・CCU	11床(PICU2床含む)
病床利用率	90.1%	SCU	35床
1日平均入院患者数	732.0人	HCU	42床 (開放病床8床含む)
1日平均新規入院患者数	65.3人	MFICU	6床
1日平均外来患者数	1832.0人	NICU	15床
救急入院患者数/総入院患者数	49.4%	GCU	20床
平均在院日数	10.2日		





全職員数(実数)	1,909人
医師	356人
看護師・助産師	975人
その他	578人

### 高度急性期病院の機能



急性期の患者に対し、状態の早期安定化  
に向けて、診療密度が特に高い医療を  
提供する機能

### 高度急性期病院

救急医療・高度医療に特化

↓

三次救急の不應需はしない

↓

常に救急患者用ベッドの確保が必要

↓

急性期の状態が早期に安定した段階で、転院・  
退院し、次の救急患者のベッドを確保する




NAGOYA DAINI RED CROSS HOSPITAL

**高度急性期病院に入院した患者は**

\* 急性期の状態を脱したら、退院もしくは転院 

\* 急性期の状態が早期安定したら、退院もしくは転院 

 ↓ **それは**

**救急車を断らないよう、常に入院ベッドを確保するためです！**




 日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

**急性期の状態が早期に安定したら、  
地域の医療・福祉・介護の施設を有効活用する**

			
急性期病院 慢性期病院	リハビリ病院	緩和病院	クリニック
			
施設	往診医	訪問看護師	ケアマネ



**病院の機能分化** 


**高度急性期病院**：状態の早期安定化に向けて、診療密度が高い医療を提供


**急性期病院**：状態の早期安定化に向けて、医療を提供

**慢性期病院**：長期にわたっての療養を提供

**リハビリ病院**：在宅復帰に向けた医療やリハビリを提供  
**365日リハビリを実施**

**緩和病院**：がん患者の身体的・精神的苦痛を和らげる  
**お風呂に入れてもらえます！**





**地域の仕組み** 

**訪問診療**：計画的な医療サービス（＝診療）を行う  
急変時には緊急訪問に伺ったり、入院の手配を行いたいするなど、24時間体制で在宅療養をサポートするのが、訪問診療の特色

**往診**：通院できない患者さんの要請を受けて、医師がその都度、診療を行う  
基本的には困ったときの臨時の手段

**訪問看護・リハビリ**：看護師等が生活の場へ訪問し、看護ケアやを提供し、自立への援助を促し、療養生活を支援



 日本赤十字社

**地域包括支援センター（いきいき支援センター）**

高齢者の暮らしを地域でサポートするための拠点として、介護だけでなく福祉、健康、医療など様々な分野から総合的に高齢者とその家族を支える機関

地域の窓口となっていますので、高齢者本人の方はもちろんのこと、家族や地域住民の悩みや相談を、地域包括支援センターが中心になって適切な機関と連携して解決してくれる



**ケアマネジャーをつけましょう！**

ケアマネジャー（介護支援専門員）

要介護・要支援認定を受けた方の希望や身体の状態にあった介護サービス計画（ケアプラン）を作成



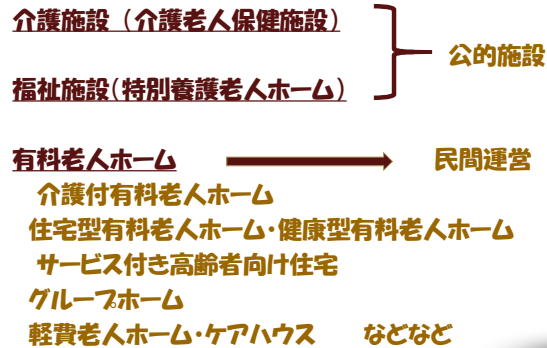
利用者とサービス事業者のパイプ役となり、連絡・調整や介護に関するさまざまな相談に応じる

ケアマネジャーは、言い換えるのであれば、あなたの受ける介護サービスに対する専属マネージャー



**施設を利用しましょう！**

大きく大別すると・・・



**介護施設（介護老人保健施設）**

病院と家庭の中間施設。病院での入院期間が短くなく、家庭復帰レベルまで回復できなかった方（65歳以上）が入所し、リハビリテーションを行って、家庭復帰を目指す

**福祉施設（特別養護老人ホーム）**

一般的に老人ホームと言われているのは特別養護老人ホームのこと。特別養護老人ホームは生活の場として最期まで入所することができる

**有料老人施設**

入居費は自己負担であるが、自分の価値観に合わせて施設を選ぶことができる

**\* 低価格の老人施設もあります**



形態やサービスによる有料老人ホームの3タイプ

①住宅型有料老人ホーム

介護サービスは提供しない高齢者向け居住施設  
 介護が必要になった場合は介護保険の訪問介護サービスを受けることができる ⇒ 自宅で介護サービスを受けるのと基本的に同じ

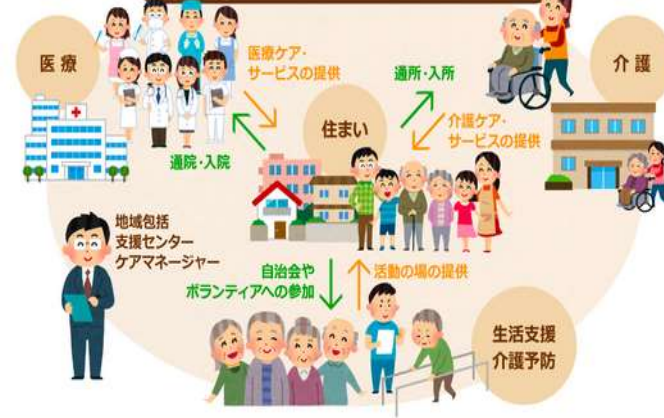
②介護付有料老人ホーム

介護保険の「特定施設入所者生活介護」の認定を各自治体から受けている施設で、食事や入浴、排泄、介護サービスを行う



医療・介護・福祉は、地域で連携しています

地域包括ケアシステムのイメージ



4. 名古屋第二赤十字病院の取り組み



高度急性期病院に入院した患者は

\* 急性期の状態を脱したら、退院もしくは転院 

\* 急性期の状態が早期安定したら、退院もしくは転院 

  そのための当院の役割は!?

患者、家族が【病院を追い出される】感を持たないように【安全・安心】を担保する支援が必要



**患者支援センターの設置**



↓


入院前から患者さんの抱える諸問題に対して、早目の対処及び支援を行います





名古屋第二赤十字病院

**入院前及び入院時からの退院支援**

当院の入院期間：1日～14日（平均10日前後）




もう、退院していいですよ！



まだ、入院前の状態に戻ってないから、退院は不安

↓

そのために、病状が早期安定した段階で、退院もしくは転院できるようにお手伝いします！






**少子・高齢化の問題**

\* 独居、老々夫婦が多い

- ・ 病状的には、短期入院でよくても退院が困難になる
- ・ 身寄りのいない人が多く、入院・退院の世話をする人がいない

\* 同居していても、家族は仕事にでかけるため、昼間独居が多い




こういった方々に  
入院時及び入院前から今後について  
一緒に考えていきます

名古屋第二赤十字病院

**少子・高齢化の問題**

- ① 独居のため、入院しても家族に連絡ができない
- ② 身寄りがない
- ③ 経済的に不安がある
- ④ お金がない
- ⑤ 入院すると、母子・父子家庭のため、子供を1人にしておけない




名古屋第二赤十字病院

**そんな時は、社会福祉士が相談にのります**

社会福祉士：一般的には、MSW、ケースワーカーと呼ばれている

①独居のため、入院しても家族に連絡ができない  
⇒地域と連携し、家族を探し連絡




②身寄りがない  
⇒区役所やいきいき支援センターに連絡  
⇒身元保証人をつける

③経済的に不安がある  
⇒年金や助成等、該当するものがないか調べ支援  
⇒高額医療給付の説明

④お金がない  
⇒生活保護の申請

⑤入院すると、母子・父子家庭のため、子供を1人にしておけない  
⇒児童相談所等、地域と連携し保護先を見つける








**そのためには・・・**

\*かかりつけ医を持ちましょう  
⇒急性期病院受診の必要性があれば、すぐに連絡

\*ケアマネジャーさんを決めましょう  
⇒病院等全ての窓口になってもらえます  
(介護認定している方)

\*地域包括支援センター（いきいき支援センター）を利用しましょう  
⇒高齢者の方の身近な相談窓口




**患者支援センターの重要な役割**

\*病院・施設間での顔の見える関係作り

\*医療・福祉・介護施設の窓口となる

\*患者、家族、地域住民の相談窓口

\*治療のみならず、予防にも力を入れる  
市民公開講座の実施  
(転倒・転落、脳卒中、がん等)

## 市民公開講座 一部紹介

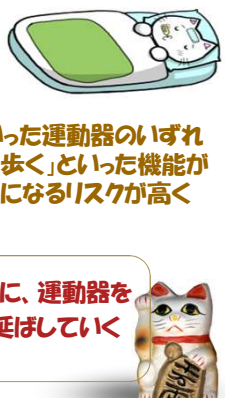
**ロコモ健康教室**

**入院を極力さけるための予防活動**

運動器の障害のために運動機能の低下をきたした状態を「**ロコモティブシンドローム**（運動器症候群）」と言う

ロコモは筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか、あるいは複数に障害が起こり、「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態。進行すると介護が必要になるリスクが高くなる

いつまでも自分の足で歩き続けていくために、運動器を長持ちさせ、ロコモを予防し、健康寿命を延ばしていくことが今、必要です！



## 自分の健康は自分で守り、維持する！

高齢になると骨や筋肉は衰えてくる

性別で見ると女性の方がホルモンの関係で〔骨痩せ〕が多く、それと共に筋肉や関節も衰えてくる

そうなってくると「転び」やすくなり

骨折

➡

寝たきり

➡

認知症

介護状態





日本赤十字社 名古屋第二赤十字病院

## 地盤で 転倒や骨折発症を防ごう マニュアル

この冊子を読んでいただくことで、ロコモティブシンドロームを少しでも予防できること、役に立っております。  
"地盤で骨粗鬆症による骨折を減らしましょう"  
八幡製鉄エスエルのロコモ予防チーム



転倒予防・骨粗鬆症予防 チーム代表「転倒無難」

「防ごうロコモティブシンドローム」ロコモチャレンジ!

八幡ロコモ健協会  
NPO名古屋整形外科地域医療連携支援センター

## 1 正しい歩き方・補助具の使い方

### 1. 歩き方の基本

正しい姿勢を意識して歩くだけで、おなかや太ももの筋肉が刺激されて筋力が保たれます。

**正しい歩き方**

- 周りの人や障害物にぶつからない様、急を急いで、距離を上げ、視界を広く
- 肩をあげて太股で歩かぬ
- つま先で歩かずしっかりとひざを立て歩む、しっかりと足が着くことで足が肩に振り出され、歩幅が広がります

**悪い歩き方**

- 背中が下を丸めている
- 足が曲がっている
- 歩幅が狭く、足がつま先から先に地面に着いている

### 2. 靴の選び方

足の大きさは朝と夕方で違います。朝履かできるように、靴ひもが足の甲をしっかりと覆ったものを選びましょう

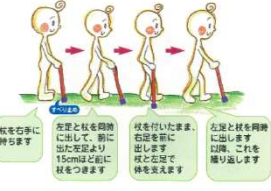
足の大きさに合った幅の靴を選びましょう

靴が地面に突くときに、衝撃を生み出さずかかとがしっかりと踏まれている靴を選びましょう

### 3. 杖を使った歩き方

足が震ってきて、歩くのが不安定になったら、杖を使って転倒を予防しましょう。杖は、自分の体に合った長さのもの、持ちやすいほうの手で持ちましょう。

杖は痛い(悪い方)の反対側にもつ (図は左膝痛で右手に杖)



- 杖を右手に持ちます
- 左足と杖を同時に出して、前に出した足より15cmほど前に杖をつきます
- 杖を付いたまま、右足を前に出します
- 杖と左足を振り回します
- 右足と杖を同時に出して、前に出した足より15cmほど前に杖をつきます
- 杖を付いたまま、左足を前に出します
- 杖と右足を振り回します

### 転ばない歩き方（一部紹介）

\* つま先でけりあげ、かかとで着地して歩く

\* 体を1本の棒として意識して歩く



### つま先で蹴り上げ、かかとで着地して歩く

年齢と共に脚力が落ちて来る事で、ついつい足を蹴り上げず  
すりすりと足を地面に滑らすように歩いてしまう

特に一度でも転んだ経験がある方は、  
「転ばないように」と余計にこのすり足歩きをして  
しまう



ですが、このすり足歩きは、足が上がっていないので、逆につま  
ずきやすい歩き方になってしまう

ですから、歩く時はつま先で蹴り上げ、そしてかかとで  
着地している事を意識しながら歩くようにしましょう



### 体を1本の棒として意識して歩く

年齢と共に猫背になってきたり、お腹が前に突き出た姿勢になっ  
てくる  
この曲がった姿勢のまま歩くと、手の振りも小さくなり、又視  
線が下に向いてしまって視界が悪くなってしまふ  
その結果歩きにくくなったり、小さな段差でも見逃してしまい転  
びやすくなってしまふ



背中を真っ直ぐに伸ばす  
胸を張るような感じを意識  
お腹とお尻をキュッと引き締める  
この身体を一本の棒として意識すると、視線は自然と前へと向  
く  
視線が前へ向く事で視野が広がり、障害物が目に入り  
やすく転びにくくなる



### 最後に！

日頃から、自分の服用している薬や既往歴、  
アレルギー、体調の変化等を手帳につけておくとう便利です



おくすり手帳には、上記の内容  
が記入できます

- ・薬局で薬を購入する時
- ・新しい医療機関を受診する時
- ・休日診療所や救急病院を受診する時
- ・複数の医療機関を受診する時
- ・旅行する時 など










**5. 本日のまとめ**





**本日のまとめ**





1. 我が国は、少子・高齢化となり、2025年には日本の医療が崩壊しかねない危機を迎えます
2. その危機とは、①医療を必要とする高齢者が増えること、②稼ぎ手である就労世代の人口が減ること、③医師・看護師の労働人口が減ることです
3. 医療施設は、患者の必要性に合わせた質の高い医療を提供できるよう、専門特化してきています


**本日のまとめ**



4. 名古屋第二赤十字病院は、救急車を断らず、高度急性期の患者さんに最善の医療を提供します  
  
また、患者支援センターでは、入院前及び入院時からお困りのことに対して、ご相談・ご支援させていただきます
5. 65歳以上になったら、いきいき支援センター、ケアマネージャー等の相談窓口を利用し、地域と密接な関係をつくっておきましょう

**本日のまとめ**



6. 病気になったら、地域の医療・福祉・介護の施設を有効利用し、自分に合った病院や施設を選びましょう
7. 自分の健康は自分で守り、転倒予防に心掛けましょう
8. おくすり手帳を持つ習慣をつけましょう

