

乾癬性疾患における家族のウェルビーイング

ケアギバーへの ケア



ケアギバーとは？

ケアギバーとは、助けを必要とする人の世話を携わる人のことです。多くの場合、ケアギバーの役割は、子供、高齢者、障害者に関連します。

ケアギバーは、医療従事者、ソーシャルワーカー、家族、友人などです。肉体的にも精神的にもきびしい仕事ですが、**このことはしばしば見過ごされがちです。**

個人の私生活や仕事とケアの両立は困難をともなう場合があります。ケアギバーに対する保護や支援がないと、さらに負担が増えます。

子供のケア

- 主なケアギバーはたいてい親です。
- 一般的な家族（父親と母親がいる家族）では、通常、母親が主なケアギバーです。その結果、父親と母親の負担が不均等になります。
- 主なケアギバーは、子供のケアをするために仕事上の目標や志をあきらめてしまうこともあります。
- きょうだいがいる場合、乾癬性疾患の子供の世화에費やす時間が増え、不平等になるため罪悪感や苛立ちを感じる場合があります。

大人のケア

- 主なケアギバーは、親、兄弟、子供、パートナーです。
- ケアギバーは日々の生活をサポートするだけでなく、医療的なことも管理し、精神的な健康も含めて乾癬性疾患にともなうさまざまな課題に対処します。
- このような役割は、燃え尽き症候群やセルフケアの放棄など、介護者の肉体的・精神的な負担につながる可能性があります。



自分自身のウェルビーイングを守るためには？



患者団体や支援グループに支援を求めましょう。同じような経験を持つ人たちが集まって話をすることは、非常に力になり、実践的な対処法を見つける方法にもなります。



ケアギバーへの教育と訓練を求めましょう。病気、ストレス、再燃に対する最善の対処方法、家族へのケアを学びます。



医療の提供者は、受診の際にケアギバーのニーズを尋ね、ケアギバーのウェルビーイングを評価するように努めましょう。家族やケアギバーのQOLを評価する有効な質問票がいくつかあります。これらは病気の負担を定量化することを容易にし、必要であれば適切な支援へつなげる手助けになるかもしれません。



職場に柔軟性を求めましょう。これには介護休暇やフレックスタイム制も含まれ、仕事とケアの両立におけるストレスを軽減します。

“

子供のケアをするのと大人のケアをするのでは違いがあるように思います。子供がいる人の方が多いので、より親近感が湧くのです。
ケアギバー；イギリス

ケアギバーにもサポートが必要で、それはまず医師が提供しなければなりません。医師は、患者が間違っただ道を歩まないように、ケアギバーにも情報を提供し、手助けをする必要があります。
ケアギバー；ギリシャ

”



行動への呼びかけ

私たちはケアギバーのウェルビーイングを向上させることを求めます。

- **ケアプランと疾病管理にケアギバーを参画させる**：ケアプランに積極的に参加することで、ケアギバーは病気のモニタリングや管理に役立つことができます。
- **ケアギバーを教育する**：ケアギバーの多くは、誤った判断をして家族の病状に悪影響を及ぼすのではないかと心配しています。信頼性の高い情報を提供することで、ケアギバーに力を与え、その役割を果たすために必要なツールと知識を与えます。
- **医療従事者の教育を要請する**：ケアギバーとどのように協力し、彼らの課題を理解し、ケアギバーがさらなる支援やリソースを必要としていることを認識するための研修を医療従事者が受けるよう提唱します。
- **政策改革を推進する**：政策立案者と協力し、有給介護休暇やメンタルヘルス支援プログラムなど、ケアギバーを保護するプログラムを創設します。
- **ケアギバーの役割や苦勞についての啓発キャンペーンを行う**。世間一般の理解が深まれば、職場や地域社会全体におけるケアギバーへの共感や支援の拡大につながります。





Slottsbacken 8
111 30 Stockholm

ifpa-pso.com

info@ifpa-pso.com



@psoriasisIFPA

このパンフレットはアムジェン
及びアルミラルによるご支援を
いただきました。