

別紙5 抄録

自立支援の第一歩

～私の介護職としてのプライド～

(発 表 者) 高村 千恵 デイサービスセンター筆の都

【はじめに】

筆の都デイサービスでは、4年前より自立支援の介護を取り入れるために、外部より講師を招いて毎月1回のペースで研修を行うほか、リーダーを中心に必要な研修等へ参加、月1回のカンファレンスは幸せ作りの目標を介護アドバイザーより指導を受ける等、すすめてきた。現場で実践をするには、これまで行ってきた介助法との違いに戸惑ったりしたが、深い考えに出会い感動する事の連続だった。車椅子をご利用の方に、食事の際には、お一人お一人の下腿長にあった椅子へ座りかえていただくようにしていたが、なかには、「車椅子のままで良い」と言われる方もいた。なぜ座りかえが必要なのかをきちんと説明できず、改めて「座位」について学び直した。

また、移乗介助が必要な方に、生理学に沿った方法を提案するが、今まで受け身で移乗介助をしてもらっていたご利用者様、ご家族も初めて見る技術に戸惑いや不安を感じておられる場合もあった。その都度、研修で振り返ったり、職員同士で根拠を確認しあい、説明と実践を続けてきた。

そうした繰り返しの中で、利用者様の出来る事が増えたり、いきいきとした場面に出会い、それが、介護職としての自分自身の喜びとなり、自信になる経験をした。

今回は1年半前より担当として出会い、「歩きたい」「以前のように庭に出たい」と言われたA様の関わりの経過を報告する。

【事例】

A様 男性 78歳 要介護3

【生活歴】

A様は、B県生まれの一人息子。高等学校では柔道を熱心にされた。卒業後、D県E市で海上自衛隊に勤める。職場恋愛され26歳で結婚。息子が2人。出航が多かった為、家庭内のことは妻に任せっきりの生活であった。1番の楽しみは同僚と釣った魚でお酒を飲むことだった。在職52歳の通勤中に脳梗塞を発症し、軽度の左片麻痺が残り、53歳で定年退職。その後は一般企業に10年間勤めた。退職後は夫婦2人暮らしとなり、趣味は庭に果樹を植え育てる事だった。

73歳の時に転倒、右大腿部頸部骨折にて人工骨頭置換行う。ベッド上の生活が長くなり、右足趾

が屈曲拘縮が進む。歩行時屈曲した足趾と外側足底に重心がかかり、本人にとって痛みとバランスが悪くなり、歩行が辛いものとなった。

排尿はベッドの横に置いてある尿器、排便は歩行器にてトイレでされる。便秘がひどく、体調不良やイライラの原因となっており、奥様に強い口調になる事も多い。外出はデイサービス週1回と定期的な受診を介護タクシーで月1回のみ。入浴が好きでデイサービス1回、訪問入浴2回おこなっている。

【これまでの経過と取り組み】

H29年5月に担当として初めてA様にお会いした際、歩行は歩行器で1日1～2回程度トイレに行くのみで、「歩きたい」「以前のように庭に出て果実が育っているのを見たりしたい」と話されていた。右足の状態は、すぐには改善しないと思われたが、基礎体力をつけて、活動的な生活を取り戻して欲しいと考えた。

1、座位姿勢、活動姿勢の見直しをする

下腿長測定し、椅子の高さを確認した。

右 41.5 cm (裸足 39 cm) 左 40 cm (裸足 39 cm)

椅子の高さ = (43 cm - 1) 42 cm イーザー使用

2、車椅子から椅子間の移乗と座位時間の確保で、基礎体力の向上につなげる

車椅子から椅子への移乗は、左足側より左側に重心をかけて痛みがないように行った。今までは縦手すりを使ったり、椅子の肘かけを押して垂直に立ち上がっていたので、やり方の違う前方への体重移動がなかなか受け入れられなかったが、繰り返し説明し実践した。車椅子は移動のみで、椅子の座りかえ、送迎時の車椅子から座席への移乗を徹底して行った。

座位時間の確保は、来所して頂く事が1番だと考え、体調不良の休みに対しては自宅に寄り「お休みされたので顔を見に寄らせてもらいました」と話をしたり、顔見知りの利用者の「心配しているよ」と伝え、デイサービスに出かけるきっかけを作った。

3、安楽な来所と、休息時間を確保し、快適に過ごす

夏に低栄養と脱水による体調悪化により、二か月間往診と点滴治療を行うことになり、目標を見直

した。以前より基礎体力の向上のため、週1回の利用を2回に増やすことをケアマネージャーに提案し、賛成をもらっていたが、本人は拒否された。デイサービスにでかけることが体力的に苦痛になっていると考え、本人にしんどい思いだけをさせてしまったのではないかと反省した。体調の低下に伴い目標を変更した。送迎の玄関歩行を中止し、庭から部屋にスロープを設置、車椅子送迎とした。午後から安楽ソファで過ごしてもらおう時間をつくった。

また、便秘が体調をくずす原因になっているため、水分量をあげ、便秘解消を図ろうと、倍の1000ccを摂取目標にした。

4、人間関係を深め、楽しく過ごす

来所時や帰宅前に職員や利用者様と握手であいさつをはじめ、多く笑顔や会話する場面がみられるようになった。この関係性をさらに強固なものにしたいと考え、お互いに助け合ったり、協調しあったりする遊びリテーションへの参加を促し、上半身の動きが中心である物送りゲームやパタパタゲームをターゲットとして行った。

5、自宅とデイサービスでの入浴動作の統一（安全な入浴ビジョン）

デイサービスでも入浴を希望され、湯に浸かった際には「満足」と言われ気持ち良さそうな表情をされていた。その幸せな表情と安全で安楽に入ってほしいと基本動作を練習し行ってきたが、自宅での訪問入浴が2回あり、自宅入浴が中心であることから、入浴動作はどうか？環境はどうか？本人は戸惑われないのか？と考え、出来るだけ自宅の環境に合わせることにした。訪問入浴のスタッフと浴槽の入浴動作を確認、共有、認識、統一し合った。いかに自宅で安全で快適に入浴できるかを重視した。

【おわりに】

自立支援の研修に参加したり、現場で実践する中で、本当の優しさとは何かを考える様になった。孤立が意欲を低下させ、人は人と出会い関わりの中で意欲が湧いたり、楽しみを感じたりするのだと、A様に深く関わって分かるようになった。A様の人生史や生活歴、価値観、周囲の環境や人間関係等を知ることで、少しずつA様を知る事ができた。そして、どんな状態のA様でも支援できる実力を身に付けたいと強く思う様になった。A様に出会った当時に、今後どのようになりたいかをお聞きすると「以前のように歩きたい」言われた。今ある能力を引き出し活かして、生活が広げられるよう支援

したいと考えている。