

演題 1

始まりは介護技術から

～想いをひとつに、そしてカタチに～

(発表者) デイサービスセンター筆の都 平谷 祐子
(共同研究者)

【はじめに】

当事業所では、5年前から自立支援の介護を行ってきた。積極的に研修や自主勉強会に参加し、自立支援の知識・技術を勉強しながら、学んだことを現場でひとつずつ丁寧に実践してきた。最初は自立支援の効果を聞いても理想論のように思っていたことが、実際に行ううちに徐々に良い変化が現れるようになり、様々な成功体験を通して、自立支援の必要性を実感できるようになった。成功体験を重ねることで自立支援の介護が定着していったが、全職員で理念や技術を統一することの難しさにも直面した。その中で、交通事故により頸髄損傷を負い、日常生活のすべてを人に頼るしかなくなったある方のケアを通して学んだ、自立支援の理念の共有・実践の過程と、自立支援で得た効果を報告する。

【事例】

A様、76歳、男性。広島県A町で生まれ育ち、幼いころから家業を手伝うなどして戦後の時代に育つ。18歳で自動車メーカーであるB社に入社。数年後にお見合いで結婚し、2人の子供をもうける。51歳までB社に勤め、その後もいくつかの仕事に従事された。普段はパチンコに行ったり、歌のグループに入って老人ホームに慰労に行ったりするなど、活動的に過ごされていた。

平成28年7月、バイクを運転中に車と事故に遭い、頸髄損傷を受傷。入院中は気管切開し呼吸器をつけ、胃ろうを造設、頸椎の手術を受けられた。全身状態は、胸から下は完全麻痺。立位はもちろん、座位保持も難しく、車椅子にベルトで固定しなければ前後左右に倒れてしまう状態。リハビリで電動車椅子を操作できることを目指したが、上肢がわずかに動かせる程度で物を握ることは難しく、自力での操作は叶わなかった。自発呼吸や食事の経口摂取は可能となったが、それ以上身体機能の改善はできず、身体各所の痛みだけが残った。また、排泄は留置カテーテルによる導尿とベッド上での摘便に頼る生活となった。

その後家族の支援体制が整い、平成29年8月に1年ぶりに退院し、自宅に帰られた。自宅では寝たきりの生活で、生活全般は妻と娘2人に頼り、外出することはほとんどなく、ベッドでテレビを見て過ごす生活が始まった。医療・介護の面では、往診と訪問看護、訪問入浴のサービスを利用しながら生活されていた。

◎出会い

A様との出会いは、約1年前。平成30年7月の西日本豪雨災害時に交通事情により訪問入浴のサービスが利用できなかった事や、自宅室内が寒いことなどをきっかけに、通所サービスでの入浴を希望されていた。他事業所の利用もされたが、最終的に平成30年12月より、当デイサービスの利用が始まった。

◎移乗介助技術の検討と実践

当デイサービスでは、リーダーを中心に事業所内外の研修や勉強会に参加し、自立支援の介護技術とその根拠を繰り返し学んできた。学んだ技術を、職員同士での練習や指導の中でアウトプットすることで、技術力の向上を図った。そして現場では根拠を確認しながら繰り返し実践し、技術の精度アップや応用力を身につけてきた。しかし、A様の利用開始当初、私たちの持つ介護技術では、入浴どころか車椅子への移乗にもうまく対応できず、まずは移乗介助についての検討から始めた。四肢体幹の完全麻痺という経験のない難度であり、これまで勉強してきた介護技術を駆使し、リーダーを中心に根拠ある運動生理学に沿った移乗介助方法を検討した。練習を経て確立した技術を、まずリーダーから各常勤職員へ、次にパート職員へと指導し、各職員がA様の移乗介助が行えるようにした。

◎入浴の実現

入浴に関して、当デイサービスでは機械浴ではなく普通の入浴にこだわりを持ってきた。ご病気やご高齢になられたことで様々な事が難しくなられ、今まで当たり前だった事が出来なくなり、たくさんのお事を諦めてこられても、普通のお風呂に気持ちよく入って頂きたいという想いを込めている。しかし、やはり自分たちの持つ入浴介助の技術レベルでは、A様にすぐに普通のお風呂に浸かって頂くことができず、当面はシャワーでの対応で了承を頂いた。

ある日、A様がB様の入浴の様子を見ておられた。B様は脳梗塞から四肢麻痺となられ、ご自分で動くことはできず、A様と同じように自宅では寝たきりの生活をされている。そのB様が2人介助で普通のお風呂に入られている様子を見て、A様が「わしも風呂に入りたい」と、ご自身の希望を職員に伝えてくださった。A様から初めて「〇〇したい」という言葉を聞いた。

そして、リーダーを中心に数名の職員で技術を検討し、練習を繰り返した。移乗介助と同様に、物のように持ち上げたりするのではなく、どうすれば人らしい動きに沿った介助ができるのか、理論をもって細かく動きを設定しながら入浴方法を確立した。そして平成31年3月末、いよいよご本人にできるだけ不安を感じないよう、ご本人にも方法を説明しながら行った。そして、練習通りに入って

頂くことができた！3年ぶりのお風呂に、ご本人も「あ～、気持ちがええのう～」と喜ばれた。他の職員も次々とA様がお風呂に浸かっておられる姿を見に来ては「普通のお風呂に入ってもらえて本当に良かった」と、皆で感動することが出来た。

◎職員間での入浴介助技術の統一

介助方法（2人介助）の確立には、リーダー格である数名の職員で検討・決定し、練習やイメージトレーニングを重ねて実践した。週1回から始めた利用も、ご本人の希望で週3回利用となり、利用時に毎回入浴して頂くにはその他の職員も技術を習得する必要がある。しかし、勤務形態（常勤・パート）の違いや、子育て中の主婦である職員が多い中、勤務時間内・外ともに皆で練習する時間を作るのが難しく、入浴に携わるすべての職員がその技術を習得するにはどうしたら良いのかという問題にぶつかった。そこで、ご本人の了承を得て入浴の様子を動画で撮影させて頂き、練習時間が取りにくい職員には動画で可視化することで、業務の合間に確認してもらい、口頭で理論や根拠を明確にした指導を行い、業務の間に短時間での練習やイメージトレーニングを行った。さらに、実践の際には必ずリーダーである職員と一緒に介助にあたった。これを数回繰り返し、各職員に介助技術を指導し統一を図ったことで、どの職員同士がペアになっても同じ技術で週3回確実に入浴して頂くことができるようになった。また、介助中は介助方法や安全の確認など職員同士でコミュニケーションを取りながら介助にあたるため、ご本人に「自分は負担をかけている」と感じさせないように、言葉使いや言葉選びにも注意した。

A様のようにご自分で動けない方に対し、持ち上げたりして物のように扱うのではなく、出来る限り人間本来の動きに沿った介助を行っている。その技術を共有・実践していくことで、人間らしい暮らしとは何かをそれぞれの職員が自然に学んでいった。

◎自立支援の効果～主体性回復の兆し～

A様は当デイサービス利用前に、他のデイサービスを利用された事があったが、その時には仰臥位のまま数人がかりで持ち上げられる介助を受けていたと、ご本人よりお聞きした。「自分には手がかかるから、お風呂には入れられないと断られた。受け入れてもらえなかった。」と言われていた。ある日突然、周囲の人に頼らざるを得ない生活になり、介護施設に行っても受け入れてもらえず、「こんな体になって、自分は人に迷惑をかけるしかなくなって、ただ生きているだけ」と思い続けてこられた。やりたい事や行きたい所も諦めるしかなく、様々な事に消極的になり「気力が湧かない」と、少しずつ心境を話して下さるようになった。少しでも生きていくことへの希望を取り戻して頂きたいと思った。

運動生理学を基本とした移乗介助が少しずつ形になっていく中で、ご本人の心境にも変化が見られ始めた。「世話をかけて申し訳ない」と思い、様々な事を諦め続けてこられたA様から、前述のように「お風呂に入りたい」と初めて「〇〇したい」と意欲的な発言が聞かれた。お風呂に入れるようになると、次は「トイレに行きたい」と言われるようになった。これまで排便は訪問看護での摘便に頼っておられたが、その言葉を聞いてデイサービス利用時にトイレに座って頂くことにした。トイレでの排便を目指して現在も継続しているが、まだ定期的な排便には至っておらず、今後の課題となっている。

普通のお風呂に入ることや、トイレで排泄することなど、人として当たり前の生活を少しずつ取り戻すことができるようになり、ご本人からも少しずつ前向きな発言が聞かれるようになった。最初は消極的だったデイサービスの利用も、ご本人の希望で利用回数が増えた。また、大好きだった歌にも意欲が湧き始めた。今はまだ腹筋に力が入らないため声がかすれ、息も続かない様子だが、少しずつ練習して大好きな石原裕次郎の歌をカラオケで歌いたいとも言われている。

【おわりに】

この5年間で、介護技術を習得し実践しながら少しずつ成功体験を重ねてきた。ベッドから離れて座り、トイレで排泄し普通のお風呂に入るなど、当たり前の生活を取り戻すために、適切な介護技術を身につけて実践していくうちに、人間らしい生活とは何かが、自然と分かり始めた。そして、技術が無ければその生活を実現出来ないことも痛感した。

その技術を習得するには、的確な根拠を持って実践的な指導ができるリーダーの存在と、技術や知識の向上を目指した継続的な努力が不可欠だと感じた。最初はリーダーの前向きな行動指針と熱意によって、小さな良い変化が現れ始めるのを目にした。利用者の笑顔や発言の中に、プラスの言葉が増えていることに気づいたり、立つことが出来なかった方が自ら立ち上がろうとされる姿を見たり・・・小さくても良い変化を見逃さず報告し合い、成功体験を共有して『自立支援の効果』を実感できるようになった。介護技術を通して、少しずつ職員の介護への考え方が「単なるお世話」から、「自立支援」へと変化していった。

今回紹介したA様には、次の目標を考えている。「カラオケに行きたい」「友達の〇〇さんに会いに行ってみたい」など、少しずつやりたい事を口にされている。身体的自立が難しくなられているA様にとって、精神的自立・社会的自立が大きな課題として残っている。A様の介護技術を通して自立支援の理念の共有をさらに深め、これまでの排泄や入浴などの日常生活だけでなく、今後はA様らしい生活を取り戻し、A様が「生きていて良かった」と思える生活を目指していく。