

出来る活動を行っていくために

～ADLの向上を目指して～

16CC01 石原ありさ

I. はじめに

介護老人福祉施設とは、食事や排泄、入浴など日常生活において常時介護を受けながら、住み慣れた地域で普通の生活を送れるようにサービスを提供している施設である。私は今回、体操やレクリエーション、リハビリに積極的に参加される利用者 A 様を受け持ち、離床希望は強い方で余暇の過ごし方は基本的に寝ていることが多かった

そこで私は、余暇の時間の過ごし方を考え、介護計画を実施した。そこから、利用者との関わり方や利用者に合わせて計画の難しさを学んだため報告する。

II. 実習先種別・実習期間

介護老人福祉施設

2017年6月26日～2017年7月28日（うち23日間）

III. 事例の紹介

A 様 90 歳代 女性

1. 家族構成・生活歴

A 県で生まれ育ち、二度結婚している。二度とも死別。最初の夫との子は自分の親の養子に出して、現在大阪にいる。二度目の夫とは 46 歳の時に死別し、一人で生活していたが、高齢になった為、B 市の娘のところ暮らししていたが 2005 年からは C 市の娘と一緒に暮らしている。

2. 入所に至った理由

2012 年、転倒して左大腿部頸部骨折してからリハビリしたものの、原因不明の熱のため、寝付いてしまい、以前のように歩けなくなってしまった。ショートステイで 3 階（入所）に来るのを待っていた。

3. 健康状態

既往歴として高血圧症、高指血症、不眠症、腰椎圧迫骨折、肺炎、左大腿部頸部骨折、廃用症候群を患ったことがあるが、アムロジピン錠という血圧を下げる薬を服用しており、状態は良い。時々便秘があり、その都度看護職員に下剤を入れてもらい対応している。皮膚はとても弱く褥瘡になりやすいためパミロールにて保護している。足首から下が少しのことで傷になりやすい。

4. 日常生活の状況

(1) 移動

車椅子自走可能であり、歩きたいという気持ちがある。

車椅子に移動の際は一部介助である。

(2) 食事

お箸を使い自力摂取可能であり、
食事形態は、常食であるが、必要に応じて刻み食のときもある。

(3) 排泄

個室トイレ使用で誘導にてトイレ可能、紙パンツ、パットを履いている。
下剤をすると多量の便が何回も出るため、ビッグパットを使用している。

(4) 身支度

更衣：部分介助

整容：自分で櫛をとかして髪を整えること可能

(5) 入浴・清潔保持

入浴：週二回、リフト浴（全介助）

清潔保持：歯がないが、自分で歯ブラシを使い洗浄

(6) 睡眠

ベッドを使用で良眠

(7) 生活・行動特性

穏やかな性格であり、ご飯、排泄、入浴、食事、また、行事やレクリエーション以外はベッドにて寝ていられることが多い。お風呂が好きであるが、待つ時間が長くなると入らなくなってしまう。日中、たまに一人で車椅子自走し散歩している姿がみられるという。

5.性格

穏やかな性格である。

6.1 日の過ごし方

体操、レクリエーション以外は寝ていることが多い。

IV. 介護の実際

1.課題の発見と分析

2012年、転倒して左大腿部頸部骨折をしてからリハビリしたものの、原因不明の熱で寝付いてしまったために歩けなくなってしまった。そこから車椅子使用を使用する。本人は「歩きたい」と発言したことがあった。前はリハビリも体操も行わなかったが、最近で本人は「寝てばかりではだめ」という気持ちがあり、意欲があるためか、週二回のリハビリと毎日行われる体操に積極的に参加するようになった。

リハビリ内容は、上下肢のマッサージや立位訓練を行う。手すりを持ちながら10秒立位を3セット行い、状態に合わせて時間を増やしている。休憩を挟みながら行う。日によって立てる時間が長いときと短いときがある。

機能訓練士によると最近では立てる時間が前よりもしっかり立てるようになったという。

本人の気持ちを考えながら、少しでも車椅子からベッドへの移乗や車椅子からトイレへの移乗が少しでも楽になるように立位での保持ができることが課題である。

2.介護上の課題

上肢可能であれば下肢を使い、車椅子を自走することで ADL の向上を図る必要がある。

3.介護目標

長期目標：残存機能を維持しながら ADL の向上を目指し、充実した一日を過ごすことができる。

短期目標：車椅子自走を維持するために手を動かす活動をして今ある機能を維持していく必要がある。

V. 実施及び結果

7月7日

午前 10 時頃、A 様居室で寝ている利用者とお話し、「散歩に行きましょう」と声をかけフロア内や同じ階の他のフロアまで車椅子自走をしながら散歩をする。他のフロアに行くことで他者との交流が出来、利用者本人の意欲を引き出すことが出来たと考えられる。また、他の利用者と一緒に散歩することで、利用者自身も頑張っていた。手がしびれることを訴えていたが、休憩しながら行ったり、手のマッサージを行ったりすることで再び車椅子自走でできていた。また、職員や利用者の声をかけてもらうことにより、再び車椅子自走ができ、利用者自身のやる気に繋がっていたと考えられる。

VI. 考察

今回、短期目標で立てた車椅子自走を維持するために手を動かす活動をして今ある機能を維持していく必要があることとして、利用者が手を使う運動として、車椅子自走で散歩することを主に取り組み、その目標は達成出来たと思う。また、手の運動以外にも足、下肢筋力へのアプローチをしていくことも必要だと考えられた。ADL の向上を知識として知っていたら、取り組むことが出来、アプローチの仕方が変わっていたのではないだろうかと考えられる。A 様は H24 に左大腿部頸部骨折してから、現在まで歩行をしていない。立位、歩行への支援が必要であると考えられる。ADL における歩行について¹⁾松崎らは、養護老人ホームの入所者を対象として ADL に関する断面調査から歩行の自立度の低下が加齢に伴って最も大きいことを報告していることから、ADL について立位や歩行の重要性が示唆された。そのような支援を行うことで、トイレでの排泄において立位可能であることにより自分で行うことが出来、他にも着脱や移動の際に立位歩行ができることで支援なく行うことができる。排泄や移動、着脱が行える為にも、立位訓練や歩行訓練を行うことで ADL の向上、より良い QOL の向上に繋がるのではないだろうかと考えた。

VII. おわりに

今回の実習及びケーススタディを通して決められたことの多い施設生活の中で、それを理解したうえでの利用者との関わり方の大切さを改めて学ぶことができた。また、利用者の出来る範囲が広がったと思う。利用者はこういう方だから、こうやってきたから、と決め付けるのではなく、利用者の出来ることは活動として行うことも必要だと考えられる。今回の学びを介護の現場でいかしていきたい。

参考・引用文献

- 1) 松崎俊久：ホーム老人の身体状況と日常生活機能に関する疫学的研究、社会老年学、10、79-87