

テーマ自宅での暮らしを取り戻す支援

～車椅子での自走という視点から～

16CC03 伊藤暁俊

I. はじめに

私は今回、介護老人福祉施設で実習を行った。同施設の特徴として「察しと思いやり」の心を大切にしている施設で利用者に寄り添う支援が行われていた。そこで私はいつもニコニコしており、「みんなのお姉さん」的存在で姉御肌の A 様に出会った。A 様が車椅子を使用され、フロアで過ごされている際に他の利用者が歩行器を使った訓練をしている様子を見て「しばらく歩いてないね」と言われていたので、情報を集めてみると過去に歩行器を使い歩行のリハビリを受けていたが、現在は行われていないということを知ることができた。そこで私は、A 様が車椅子で自走される方で、活動量の低下が考えられたため活動量に注目した計画実施を行った。以上で学んだことを今回の事例を踏まえここに報告する。

II. 実習場所

実習先種別：介護老人福祉施設

実習期間：2017年6月28日～2017年7月28日（うち23日間）

III. ケースの紹介

要介護状態区分：要介護3

氏名：A 様 年齢：90歳代 性別：女性

1. 家族構成及び生活歴

一人暮らしをされ、よく近所の方を自宅に招きホームパーティーやお茶会を行っていたが、脊柱管狭窄症により入院しその後は自宅に戻らず、小規模多機能にて暮らされていた。

2. 入所に至った理由

一人暮らしをされていたが、脊柱管狭窄症により背中痛みが強くなり病院へ入院。入院先の病院では手術が行えないため、転院し手術を行い再び最初入院した病院へ転院する。この辺りから認知症の症状が出始め、退院後自宅で暮らすことが難しくなり特別養護老人ホームの入所待ちしつつ、〇〇施設（小規模多機能）にて自宅には戻らず暮らされる。

病院からの持ち込みの褥瘡もあり、特別養護老人ホームへの入所に至る

3. 健康状態

過去に骨折を2回しており、腰部脊柱管狭窄症を発症した際は、入院、手術を受けている。この頃から認知症が悪化し始める。施設入所時には、病院からあった、仙骨部の褥瘡がみられた。現在の主な疾患では、認知症、難聴、過活動性膀胱である。難聴の程度は「ほぼ聞こえない」と診断されている

4. 日常生活状況

(1) 移動

- ・車椅子を使用（自走）、過去にリハビリ目的で歩行器を使用していたが現在はしていない。（「しばらく歩いてないね」「散歩たまには行きたいね」といわれる）

(2) コミュニケーション

- ・難聴の症状によりほぼ聞こえていないため会話による伝達はできないが、筆談を用いることでコミュニケーションをとることができる
- ・自ら発言することが可能で他の利用者に話題提供を行っている。

(3) 余暇の過ごし方

・洗濯物や押しぼりを整理している。

「何かやることがあれば、やりたいけども」といわれている。

(4) 排泄

・尿意あり、トイレにて排泄、便意不明、パッド使用

(5) 睡眠

・比較的良眠

(「よく眠れている」といわれる)

5.性格

ニコニコしており、姉御肌である。

よく他の人を心配しており、他の人の分の飲み物や食べ物がないと「これたべな」と言い、渡されている様子が見られる。

やることがあれば早く済ましておきたい性格であり、何か物事をやる際は集中して行っている。

6.一日の過ごし方

フロアにすることが多く、他の場所へ移動するのはイベント時かトイレの時以外は殆どない。

フロアに日中いることが多く、動くということが殆どないため、運動ができていないため、廃用症候群が心配される。

主に食事の際に隣に座る方とよく話されているが、他の利用者とは、簡単な挨拶でお互いに会話が終わることが多い。隣の方がいないときは、新聞紙を見ているかエプロンを畳むもしくはおしぼりを巻いている。

IV. 介護の実際

1.課題の発見・分析

腰部脊柱管狭窄症により入院した際に、寝ている期間が多かったこともあり仙骨部に褥瘡ができてしまい、体力の低下も伴い退院後も〇〇施設にてほぼ寝て過ごされていたため、特別養護老人ホームに入所後、歩行器を使用してリハビリを行い、歩行していた。現在では行っておらず、日中は車椅子に座り過ごされている。足も自力でしっかりと上げることもできるため、まだ筋力は大きく減少していないと感じられたことと、「たまには散歩にいきたい」・「しばらく歩いてない」という言葉からしばらく足を使って動いたことがないことが分かった。

本人は「歩けることに越したことはないが、できないからね」と言われており、諦めの感情が入っている様子もあり、歩行訓練の計画を立案しようとしたが、しばらく、足を使っていないことによる怪我のリスクを考えて、立案の中止。

まずは、足を使うことでしっかりと「足を使う」ということを思いだしていただくためと、これ以上の使わないことによる廃用症候群の予防を含めて、車椅子の自走の際に手だけではなく、「足」も使うことで、効果的で継続しやすく、廃用症候群の予防と「足」を使う訓練になると思ったため、普段自走する際に「足」をつかうことが課題として考えられた。

2.介護上の課題

しばらく使わなかった箇所を動かすことによる体調の変化が懸念される。常に本人の体調を確認しながら気をつける必要がある。

3.目標

長期目標：施設で他のご利用者と元気に過ごし、日々の生活が自宅で暮らしていた時に近いものにする

短期目標：体調に気をつけながら、日々の運動量を上げることで廃用症候群の予防をする。

V. 実施及び結果

実施日が、気温が非常に高い日であったため、外に出るといふ散歩ではなく施設内を散歩した。事前に体調確認を行い確認が取れた後、足も手と一緒に使っていただけるように声かけし、自走していただいていたが時間の経過とともに片足のみ使うようになられた。再び声かけを行い、両足を使うようになられるもしばらくすると片足のみに戻ってしまうため、常にジェスチャーで両足を動かす動きをして、利用者が気づきやすいようにすると、その後は安定して両足を使われていた。

終了後に「徐々に運動した」と言われ、笑顔を見せていただいた。体調の確認を最後に行い、問題ないことを確認し、実施を終了する。

結果として、継続することによる廃用症候群の予防に効果的であると考え。今は無意識のうちに片足のみ使用してしまう場面がみられるため、片足のみ負担がかかるということがあり、片方にしか効果がでないことを防ぐため、一人の場合でも、両足を使えるように本人が気づくことができる支援する必要があると考える。

VI. 考察

今回の短期目標に対する実際のアプローチ数は多かったものの実際に実施できたのは1回のみであったが、非常に良い実施ができたと思う。あまり足を使っていなかった影響もあり、声かけを定期的に行わないとある程度の距離で足を使われなくなってしまうが声かけすることにより、「そうだった」と思い出していただくことができ「徐々に運動した」と言って、今後これをどう継続していくかが課題として残った。A様が以前歩行していたことから歩行できなくなった原因は廃用症候群¹⁾だと考える。このことから車椅子での自走を継続し、歩行の再開を目指すことで、歩行の再獲得等に繋がると考える。

「歩行」と「車椅子での自走」にはどんなメリットが、どんなデメリットがあるか、重要なところをまとめると以下のようなものと推察する。

・歩行

メリット：歩行することにより足腰の筋力を維持しやすく健康に良い。車椅子では身動きがとりにくい場所に行くことができ、家族や友人たちとの楽しい時間が増えることで外出の数が増える。

デメリット：転倒の危険性が高い。歩いている最中に疲れて休みたいときにすぐに休むことができない。足腰の筋力維持に繋がるが疲労度や消費エネルギーの上昇。

・車椅子による自走

メリット：平行な道であれば、疲れてもすぐに休むことができる。歩行に比べ肉体的負担が少ない。歩いてはいけないが車椅子が使えるからという理由等で活動範囲の維持が可能。

デメリット：坂や砂利道など車椅子の走行に不利な道がたくさんある。ほぼ同じ姿勢で座っているため一箇所に圧がかかることで褥瘡の原因になる可能性がある。自分自身を動かす必要がなく動けるため、車椅子上で体勢を変えることが少なく一部箇所の拘縮の原因になる。

以上の事から残っている機能を使い維持又は向上することで利用者が自宅に復帰できる期間を短くすることができ、自力でできることがあり、自宅での日常生活に戻っても苦勞されることが少なくする支援が可能ではないかと考える。

VII. おわりに

今回の事例を通して、使えるのに使わないという理由で本当に使えなくなってしまうというのは、在宅復帰を考えると大きなデメリットになるため廃用症候群の予防をするということが大切だと学ぶことができた。

今後、残っている機能を維持・向上させる技術を取得できるように、介護職自体が色々な情報を持ち色々な職種の方と連携し計画を行うことができるように今までの実習で学んだことを含め、利用者の方のために活かしていきたいと思う。

参考・引用文献

- 1) 介護福祉用語辞典 中央法規出版 P3