

認知症、慢性腎不全などがある気分の浮き沈みが激しい高齢者の意欲的な生活
ー環境面から考えるー

学籍番号 17CC26 学生氏名 山田康暉

I. はじめに

受け持ち利用者の選定理由は、気分の浮き沈みがなぜ激しいのかという事と浮き沈みを減らしていくにはどのようにすればいいのかを分かりたかったことにある。

事例研究では、自分が行った支援の振り返りを目的とする

今回の実習は、複数の疾患のある高齢者が対象者であったことから、介護過程の展開が難しかったが、利用者理解と自分と向き合う事が出来た実習だった。

II. 実習先種別・実数期間

実習先種別：介護老人福祉施設

実習期間：2018年7月26日～2018年8月20日（うち18日間）

III. 受け持ち利用者の紹介

氏名：A様 性別：男性 年齢：70歳代前半 要介護度：3

介護が必要になった主な疾患・障害：高血圧、脳梗塞、認知症、糖尿病、慢性腎不全

*現在、高血圧の薬を服薬中

ADL：歩行は出来るがふらつきがあり転倒の危険性がある。排泄は腰が痛いので腰を支えながらゆっくり便器に移乗する介助が必要

- ・日中、寝ていることが多い
- ・過去に行っていた趣味は野球・剣道、水戸黄門が好き
- ・実習はじめの頃は「暇」という言葉をよく発していた

IV. 介護の実際

1. 情報の解釈・関連づけ・統合

A様は実習はじめの頃は「暇」という言葉をよく発していた。また、A様のニーズは「若いころのように身体を動かしたい、のんびりしたい」だった。過去に行っていた趣味は野球と剣道だった。これら趣味や希望、現状を関連づけ課題①余暇時間を充実したものにする必要があるとした。

体を動かしたいというニーズがあったので棒を使ったレクリエーションや風船バレーを行った。楽しみながら体を動かすことは、身体機能や認知機能の低下を防ぐ事につながる

と考えた。

A 様は慢性腎不全の影響からか、直ぐに疲れてしまい、ベッドに日中も休まれることが多い。また、A 様は糖尿病を患っており、感染予防という観点からベッドの環境整備を行う事を考えた。褥瘡予防、何よりも A 様が気持ちよく体を横に出来る。このことから課題②体調不良時に快適なベッドにて体を休める事が出来る必要があるとした。

2. 介護上の課題：

- ①余暇時間を充実したものにする必要がある
- ②体調不良時に快適なベッドにて体を休める事が出来る必要がある

3. 介護計画

長期目標：意欲的な生活が出来る

短期目標および具体的援助内容

短期目標①余暇時間を楽しく生き生きと送れる

具体的援助内容 風船バレー

- ・おやつ前(午後 2～3 時頃行う)体調に気をつける、様子を見て声かけする、朝、職員に状態を確認する

具体的援助内容 棒を使った体操

- ・棒の両端を持って上に上げる事が出来る所まで上げる左右 3 回ずつ、両手で剣道のように振る

短期目標②だるさを感じた時、横になりたい時にすぐに横になれるベッドが整備されている

具体的援助内容 ベッド上の環境を整える

- ・ベッド上にある洋服やくつ下をたたんで棚の中に入れる事やシーツのしわをなくす

4. 実施及び結果

短期目標①風船バレーについては、身を乗り出して楽しそうにやっていた。とても嬉しそうだった。また、棒を使った体操は、とても嬉しそう顔をして棒を剣道の竹刀のように振ったり両手で棒を頭上に上げたりしていた。後日同じ事を勧めると A 様は「毎日、同じ事をするのは苦手」「人に指示されるのは嫌い」と言っていた。そこで行う日の間隔をおいて勧め「今日は何をしたいですか」と声かけをした。すると「体を動かしたい」「のんびりしたい」「ボーとしたい」「人に指示されるのは嫌い」と日によって言う事が違っていた。

短期目標②ベッド上の環境を整えるについては、A 様の居室のベッド周辺をきれいに整理していると、A 様が居室の様子を見に来て「きれいだね、いいよ」と笑顔で言っていた。

18日間、実習をする中で、A様の「暇」という言葉を聞くことが減り、笑顔が増えた。

実習期間中、入浴の脱衣所でA様が急に一人で歩き出したときに、自分は、少しの距離なら大丈夫と思いサポートできない位置にいた。また、ユニットの他の利用者から「無表情で怖いので距離をおいてほしい」との要望が職員にあった。実習指導者さんから助言・指導を受け、笑顔を意識する事で実習が終わるころには会話も弾み少しだけ距離が縮まり利用者の中に入れていけるようになった。

V. 考察

短期目標①余暇時間を楽しく生き生きと送れるは、ほぼできていたと評価できる。風船バレーについては、身を乗り出して楽しそうにやっていた。また、棒を使った体操は、とても嬉しそうな顔をして棒を剣道の竹刀のように振ったり両手で棒を頭上に上げたりしていた。これは、過去に行っていた趣味の野球や剣道と身体を動かしたいというA様の思いと一致したからと考えられる。

「体を動かしたい」「のんびりしたい」「ポーとしたい」「人に指示されるのは嫌い」と日によって言う事が違っていたのは、認知症、慢性腎不全など体調、気分の変動、自由の規制が考えられる。

短期目標②だるさを感じた時、横になりたい時にすぐに横になれるベッドが整備されているは実施できた。しかし、自立の支援という点でA様の参加を考えるべきだった。

自分がA様の居室を整理していると、A様が居室の様子を見に来て「きれいだね、いいよ」と笑顔で言っていた。これは、A様の自主的行動であり、何よりも、A様が心地よいと感じている反応ととらえることができる。

「暇」という言葉の数も減った。

以上のことから一時的ではあるが長期目標の意欲的な生活が出来るとつながったのではないか。

日によって言う事が違っていたことや気分の浮き沈みがなぜ激しいについては、認知症を患っているため記憶、保持、想起に障害があり、状況の認知に混乱があり感情コントロールが難しい、また、慢性腎不全から疲労がたまりやすくなる事が考えられる。

A様の気分が落ち込んだり怒ったりしたのは夕方になりユニットの職員がどんどんいなくなり周りが暗くなって静かになる事から不安や寂しさから落ち着きがなくなることが考えられる。

気分の浮き沈みを減らしていくにはどのようにすればいいのかについては利用者の自主的行動を尊重する事と夕方のユニットの雰囲気作りが効果的と思う。

・自己と向き合う

自分はとても自分の思いが強いので利用者のニーズを見出す事が出来なかった。また、利用者の様子が変わっても職員に伝えられなかったり、入浴の脱衣所で A 様が急に一人で歩き出したときに、少しの距離なら大丈夫と思いサポートできない位置にいたりした。他の利用者から表情が無表情になると指摘された。ぼそぼそ話すと利用者に暗い印象を与える。人の気持ちを察知するためには人に興味を持つ事が大切だという事も分かった。

「私たちは『他者』のいる社会で生活しています。自分と異なる存在である『他者』がいることで『自己』を意識します。生まれてから今まで、そしてこれからの自分について『自己』として捉え自分自身が他者の目にどのように映るか、確認しながら生活しています。この自己に対する意識を自己意識と言います。」¹⁾ 今回指摘されたことから自分はこの自己意識が低かったと思う。

笑顔をだすように工夫をし、利用者の方に受け入れてもらえるようにしたい。自分もユニットの中にいる利用者の環境であったという事もわかった。そして自分が利用者にとっていい環境因子になれば利用者の生活の質も向上していくと考えられる。

VI. おわりに

今回自分が行った支援の振り返りを通して利用者理解と自分と向き合う事が出来た。自分は自己意識が低かったことが分かった。

今後は自分と向き合う事を大事にし、自分のことを理解していきたい。利用者にとっていい影響を与えることができる環境因子でいたい。

引用文献

1)野崎瑞樹(2007)「私たちはひとりで生きていない—社会心理学—」『介護福祉のための心理学』下垣光他編、弘文堂、P, 93