

## 座位から始まる生活再建

デイサービスセンター筆の都 堀内典子

### 【はじめに】

認知症でも寝たきりでも、それは「個性」ととらえ、その人らしい生活をどう支援していくかが大切である。

平成28年5月、デイサービスセンター筆の都（以下、「当センター」という）の利用を開始される。寝たきり生活のご主人を奥様一人が在宅介護をされており、「何かできることはないか」と強く思い、生活基盤となる座位を整えることを目標として始め、「座る」ことにこだわってきた。

その人らしい生活をどう支援するか、主介護者、医療関係者との連携をとりながら、寝たきりからの脱却、座位による生活機能改善に伴い、在宅介護における介護負担軽減と社会参加に繋げた取り組みである。

### 【事例】

84歳 男性 要介護5 妻と2人暮らし。平成2年に脳出血とその後2回の脳梗塞、大腸がんを発症。右片麻痺、嚥下障害等の後遺症があり、肺炎、敗血症の発症を機に胃瘻造設となる。意識レベルは呼名に対する追視がわずかにある程度で、自動運動は皆無である。

### 【方法】

安全で自立支援を念頭に置いた移乗介助

背面開放端座位の支援と座位時間の延長による基礎体力の向上

### 【問題点】

- ① 起立性低血圧
- ② シーティング（尖足及び股関節の拘縮による座位保持への障害）
- ③ 職員間の介護技術の格差

### 【取り組み】

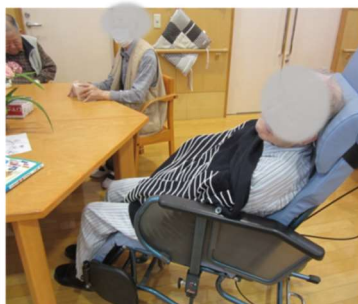
- ① 自宅と当センターにおいて、フラットな状態から徐々にギャッジアップし、長座位時間の拡大により血圧調整機能の改善を図った。
- ② ティルト及びリクライニング機能付き車椅子へ安全かつ人間生理学にかなった方法での移乗介助を行う。当センター利用時には、下腿長を測定し足台を制作、フットサポートより足をおろし足底を台につけるように支援した。

③ 全職員で立ち上がりの生理的曲線を描く動作を再確認した。介助法の見直しと習得を繰り返し行い、介助法の標準化を目指した。

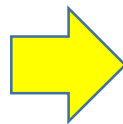
【結果】

生理的動作を繰り返し行うことで、トイレや入浴時の移乗等、本人への負担も軽減でき、介助もスムーズに行えるようになった。また、座位保持時間も延長し、股関節可動域の拡大と尖足の改善につながった。

<利用初期の写真>



<H28.5月の写真>



両上下肢は拘縮があり、両足は軽度の尖足、骨盤は後傾しているため、臀部が前すべりを起こし、リクライニング車椅子に座るのも難しい状況で、取組み開始と同時に起立性低血圧が課題として上がってきた。フラットな状態から徐々にギャッジアップし、座位時間も延長して血圧の安定を図った。血圧が安定したため、足底を床につけることを始めたが、尖足のため、足底が床につかなかったため下腿長を測定。下腿長は 40 cm で、本来ならば下腿長からマイナス 1 cm の 39 cm が立ち上がり時の理想的な椅子として適切だが、当デイサービスには座面の高さが 40 cm のため、1 cm の足台を制作し対応した。今では、尖足が改善し、椅子に座ることができるようになった。

こちらは当デイサービスが介助法の方針として  
いることで、人を人として大切に想う気持ちを介  
助法に込めている。

**生理学、人間学にかなった介助法**

人の動きは、人間生理学にかなった動き  
(動作) しかできない！

人がしない動きは介護には使えない！

今ある能力をとことん引出し、活かす！



人間生理学にかなった介助法（図 1）で、便座へ移乗介助を行う。

下剤にたよった排便のため、ベッド上でダラダラと排便があることで頻回なオムツ交換が奥様の負担と知り、軽減するためトイレでの排便を目指した。

今は週 4 回、トイレで肛門刺激などを加え排便することができ、残便もほとんどなく奥様の介護負担軽減につながっている。

その結果、私たちとの信頼関係が深まったきっかけとなった。

「座る」ことに、こだわり続けることで、排泄リズムが整い、今は入浴も個浴で入られるようになった。そして、今までできなかった外出や社会参加の目標を掲げ、昔から熱狂的なカープファンと聞き、カープ観戦に行く目標を立て、主治医や訪問看護との連携を取り、今年 6 月、奥様と一緒にマツダスタジアムに行くことができた。

「こんなことができるなんて夢にも思わなかった」と奥様より、うれしい言葉をいただくことができた。

#### 【まとめ】

私たちが考える介護は、例え寝たきりやどんな状況になろうとも、それを含め、できることを惜しみなく探求し「生活再建」する仕事だと誇りに思った。

本事例は、利用開始時に寝たきりを前提にした介護が展開されていたため、関係者から不安や消極的意見が表出された。こうした意見に対して説明できる根拠（理論・技術）を身につける事が重要であることを学んだ。そして、主介護者との信頼関係を深め、医療関係者との連携を円滑にし、よりよい関係をつくることも学んだ。生活の基本姿勢となる座位を整え、トイレで排便することで、残便もほとんどなく一番の介護負担だったオムツ交換の軽減ができた。そして、寝たきりでも介護技術があれば、気持ちのよい個浴槽での入浴

ができ、覚醒水準の改善、肩及び股関節の可動域の拡大、体力の回復に成功した。また、外出という社会参加も実現でき、主介護者は持続的なものにしたいと自信と楽しみを膨らませている。

