

A様の排泄についての取り組みとこれまでの経緯について簡単に説明します。

自宅では、ベッド上で過ごされギャジアップで食事を摂ったり、オムツ内排泄をしています。

デイでも、車イスでフットサポートに足を乗せてボーっとしている時間が多く、会話や表情も乏しいものでした。排泄はポータブルトイレに3人で移乗し行っていました。

1. 活動座位と前傾姿勢を促す

自宅ではベッド上での生活で、デイでも終始車椅子で過ごされていたA様の身体機能改善のために、まず椅子に座って活動していただくことから始めました。

膝から下の下腿長を測り、足をしっかりと床につけて踏ん張る力をつけられるよう椅子の高さを38cmのものを用意しました。また、少し前傾姿勢になるよう椅子に座ってもらい、昼食時に活動的な座位をとることで、覚醒水準を上げ、前傾姿勢を促し、誤嚥リスクを軽減させながら食事摂取をしてもらいました。

両膝の痛みの訴えがある時は無理をせず、移乗を中止し、排泄時の移乗のみ行うことにしました。職員の間でも介護技術を練習しました。目の前の机に両肘をつけて体重をかけ、膝に負担をかけないように繰り返し練習を行いました。

痛みの度合いを10段階で聞き取り把握しました。6~7のレベルになれば移乗を再開しました。最後まで自分で食事摂取できるようになり、トロミを付けていた食事を普通食にし、固く食べにくい物のみ刻みとしました。おやつもゼリーやプリンからせんべい以外の好物の甘い物を食べていただけるようになりました。車イスに乗っている時でもフットサポートを外し、足台を使って足底が床に付くようにしました。

2. 午前の遊びリレーションで夢中になる時間をもつ

前傾姿勢で下肢筋力強化の為、ベンチサッカーやベンチホッケーなどに参加し、自然と体を動かしていました。前傾姿勢や下肢をふんばる姿が多くなり、膝の痛みの訴えはありませんでした。

また、ゲーム中のチームプレーの中で生き活きとし、表情や関係性も生まれてきました。午前中に運動量をあげ、午後に入浴で身体をほぐすという一日のリズムを作ることも狙いました。

口腔ケアも口腔内の環境を整えるだけでなく、ぶくぶくうがいをして力のある口の動きができるようになり、噛む力が向上することで動くときの踏ん張る力も少なからず向上したように思われました。

3. ポータブルトイレからトイレで排泄をする

排泄について、以前はトイレ誘導を3回時間を決め、3人介助でポータブルトイレで行っていました。高さ91cmの横手すりにすがり、2人が左右より立ち上がり介助、後方からポータブルトイレを差し替えていました。体重を真上に引き上げようとするため、立ち上がり時に膝に負担がかかり痛みも常時ありました。

私たちはA様の生活を考えたとき、オムツでの排泄よりも、トイレでの気持ち良い排泄を実現させたいと願い検討しました。それは誰しものが当たり前に希望することだと思いますし、オムツ内の排泄は膀胱炎や腎盂炎の原因にもなります。A様に尊厳ある生活、A様らしく過ごして頂くには、トイレ排泄を進めたいと考えました。

トイレでの楽な移乗ができるよう環境を整え、便座の前に可動式のファンレストテーブルを設置しました。前かがみになり、テーブルに手をつけて体重を移し、膝への負担を軽減し、1人介助でトイレに移乗できるようになりました。日によっては膝の痛みがあり、面倒くさいと言って拒否もありました。

A様に声をかけ会話をし、人間関係を作ることも進めていきました。

「尿意がある時は手を挙げてください」と伝えると、「こうやって言うわ」と両手でお腹をたたいて笑います。まだ、しっかりと尿意があるわけではないようで、時々訴えられ、排尿があります。

職員以外にも利用者同士で会話をし、他の席から歩いてきた利用者様がA様の席で長く話されていくようになりました。良く笑い表情が明るくなり、冗談を言って人を楽しませてくれます。

最後に

私たちは、取組みによりA様が変わったことを実感しています。家族にそのことを少しずつ伝え、写真を渡したりしていますが、「デイでできるようになっても、家では何も変わりません」と言われます。

懸命に自宅で介護をされている娘さんは、仕事もし、腰も調子が悪いそうです。これ以上の負担は無理だという意味が伝わってきます。