

(1) 前回検討会での意見の検討について

前回の検討会でいただいた意見をいくつか持ち帰り検討した結果をご報告します。

①ロボットによる介護

使用する機械、器具にもよりますが、移動時に体を真上に持ち上げる動作自体が本人の苦痛になり、介護者も負担がかかり、結果として「申し訳ない、迷惑をかけてしまう」と感じるようになり、消極的な心理になってしまいます。

私たちは人としての自然な動き（生理的曲線を描く等）の援助をサポートし「もう一度自分で排泄したい」と思えるような自立支援を目指す介護をしたいという意見になりました。

②体重コントロール

ご家族様の意向もあり、高齢なので好きなものを食べさせて欲しいとのことでした。量を小さいものにしたたり、食べる満足度が下がらない職員の情報を集めたいと思います。

(2) その後の取り組み

私たちはA様に、その人らしい生活を少しでも取り戻していただける様、取り組んでいきましたので、簡単にお話しします。

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はじめました。膝から踵までの長さ（下腿長）を測り、足裏をしっかりと地面につけ、踏ん張る力をつけてもらえるよう 38 cm のイーザー椅子を用意しました。また前かがみになれるよう椅子に移乗してもらい、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、排泄の移乗のみ行うことにしました。

痛みの度合いを 10 段階で聞き取り把握し、6～7 のレベルになれば移乗を再開して、最後までご自分で食事ができるようになりました。以前は、トロミを付けていた食事でしたが、硬いもの食べにくいものは刻み、それ以外は普通食になり、おやつもゼリーやプリンのも柔らかいものから、せんべい以外のものでも好物の甘いお菓子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は、フットサポートを外し、足台を使って底上げし踏

ん張れるようにしました。

膝に負担をかけないようにするための介護技術を職員全員が統一し、練習を繰り返し行っていました。

2. 「午前中の遊びリテーションで夢中になる時間をもつ」

A 様が来られる日は、前傾姿勢で下肢筋力強化の為に、ベンチサッカーやベンチホッケーなどの遊びリテーションに決め、徐々に自然と体を動かされるようになりました。夢中になって、いつの間にか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た表情や関係性も生まれ、午前中に運動量をあげて、お腹をすかせて食事を食べてもらい、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。

また、口腔ケアも口腔内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活動する時の踏ん張る力も少なからず向上したように思われます。

3. 「ポータブルトイレからトイレで排泄をする」

排泄は以前、トイレ誘導の時間を決め、3人介助でポータブルトイレで行っていました。高さ91cmの横手すりにすぎり、2人が左右より立ち上がり介助、1人は後方より、ポータブルトイレを差し替え、体重を真上に持ち上げようとするため、立ち上がり時、膝に負担がかかり痛みも常時ありました。私たちは、A様の生活を考えた時、オムツでの排泄よりも、トイレでの気持ちの良い排泄を実現させたいと願い検討しました。それは誰しもがあたり前に思うことだと思います。A様の尊厳ある生活、A様らしく過ごして頂くにはどうしたらよいかと考えた時、オムツの後始末をお願いするのではなく、自分の意志でトイレですっきり排泄できるようになり、A様の生活の意欲を引き出したいと考え、取り組んでいきました。

取り組みの初めより、膝の痛みを訴えられると（炎症の有無を確認しながら）、椅子移乗を中止し、排泄を優先してきました。

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。移乗時は、前傾姿勢で体重を移し、浅座り⇒移乗⇒座り直しと膝に負担がかからない介助法を職員全員が統一し、繰り返し練習を行い、1人介助でトイレでの動作ができるようになりました。時には、膝の痛みから面倒くさい日もあり拒否もありました。そういう時こそ、日頃からA様に積極的に声をかけ、会話をし、人間関係を作ることを優先するようになっています。「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、尿意の自覚はあいまいで、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。だんだんと、職員以外にも利用者同士で会話をし、良く笑い表情が明るくなり、冗談を言って楽しませてくれることもありました。

4. 「特浴機から個浴に」

次に、ゆっくり気持ちのいいお風呂に入っただけの様、個浴を進めました。アクアムーヴに回転盤を使用し、3人介助でそれぞれの役割を決め、安心、安全に入浴していただけるよう練習を重ねてマニュアルを作成しました。日頃の移乗動作がA様にしっかり身についていたことで、前傾姿勢や体重移動が入浴時でもスムーズに行うことができました。初めて浴槽に入られた時は、「気持ちがいい」と言われ、その一言が、とても嬉しく感動と同時に課題もできたので、次回までにはもっといい介助法や道具がないかを考えていこうと思いました。

(3) まとめ ～ 座位を守り、その人らしい生活を支える

この度は、排泄ケアについての事例検討でしたが、排泄だけではなく、食事や入浴など各場面でA様のその人らしさとはなにか…と介護の原点に戻り、普段の関わりがより深くなりました。

「座る」ということを大切にすることで、移乗、食事、排泄などできることが増え、遊びリテーションでは夢中になって体を動かされていました。A様の「できる」が増えたことで、利用者様同士の関係も良くなり自然と笑顔が多く見られるようになりました。そんなデイでの様子を写真に撮り、娘様に手渡しで続けることによって、家族様との関係にも変化がみられ、確実にいい方向に変わっていったと実感しています。

もっともっと「気持ちがいい」と言っただけの入浴方法を考えたり、A様の運動機能を高めたり、一緒に大好きなお菓子作りをしたり、やりたいことはありましたが、残念ながら現実にはできませんでした。

元気にデイサービスに通われていたA様でしたが、昨年 of 年末に突如、緊急入院されました。そして1月末に突然の訃報を受け、体が自然と病院に向かい、亡くなって一時間後のまだ体が温かいA様に会うことができました。

また会えるとか、次回来られた時とか、そうではなく、今日一日をどう過ごしていただくのか、何を楽しみにされているのだろうか、何が困っているのだろうか、と利用者様の気持ちやその先の人生を幸せに過ごしていただけるにはどうしたら良いかなど理解できる介護職になりたいとA様を通して強く思うようになりました。

「その人らしい生活」の再建に向けて取り組む中で、できることが少しずつ増え、そのできることが自信となり、生き活きとした生活を送っていただけるよう、これからも努力し続けていきます。

笑顔がたくさん増え、それを見て私たちも笑顔になる。たくさんの方をA様は教えてくださいました。この仕事をして本当に良かったと思える体験でした。