

過ごしやすさを目指して

～私たちが体験し実践していること



特別養護老人ホーム つばさ
機能訓練士 平澤 隆文
介護職員 伊藤 達也



当施設は、平成13年6月に開設した従来型の特別養護老人ホームで、長期入所50床のほか、ショートステイ、デイサービス、訪問介護、居宅介護支援事業所を併設しています。ご利用者の視点に立ちながら、思いやりのある明るい態度を心掛け、サービスを提供しています。

はじめに

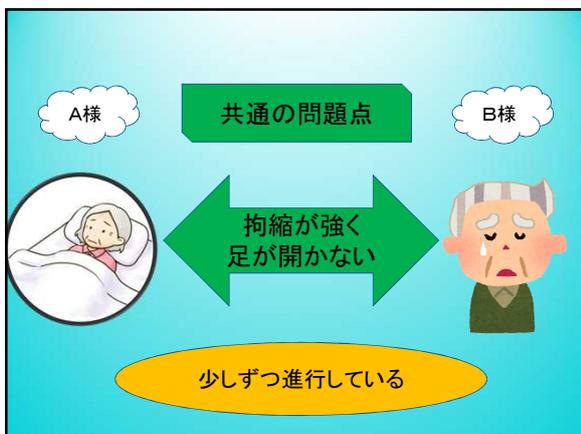
利用者様に快適に生活していただくための試みのひとつとして、昨年の10月からポジショニングの勉強を始め、現場での導入を進めてきました。

最近Aさんの足が急に硬くなってきたよね。排泄介助がスムーズにできなくなってきている。

職員の悩み



Bさんは体に強い力がずっと入っていて足が開かなくて…足が少しでも開くようになればBさんに負担なく介助ができるのに。



対策1 マッサージで足が開くようになるのか？

毎朝排泄介助前に足のマッサージを行う

効果

A様

リラックス効果あり

B様

足の開きに変化なし

対策2 硬くなってしまった足を開くコツは？

以前先輩から教わった技術を試す

効果

A様



以前と比べ足が少し開くようになった
足に力が入らなくなった

B様



体の力が少し抜け、以前と比べて少しの力で足が開くようになった。

対策3 すごしやすい姿勢をつくる



適したクッションの選択



正しい姿勢(ポジショニング)の確認と写真撮影



ベッドサイドに置き確認しながら体位変換を行う。

3ヶ月後の効果

A様



開始後3ヶ月経過した頃からわずかに足が開くようになった

B様



排泄時に力が抜け、介助がしやすくなった

これまでの成果と問題点

成果

- ・多職種が協力することで、皆が同じ方向性で取り組むようになった。
- ・対象者以外の方に対してもクッションの入れ方を工夫するようになり、職員に意識の変化が見られた。

問題点

- ・職員が統一したポジショニングを提供できるようにするには？
- ・解り易く簡潔に伝えていくにはどうしたら良いか？

勉強会の実施

利用者様を体験しその人の立場になって考える

自分たちで実践して考える

ねらい！

楽なポジションを見つける

クッションの当て方の工夫

利用者様を体験



お互いの気持ちを考える



職員の反応



介助者役

当たり前にやっていた体位変換が本人にとって本当に安楽な姿勢だったのかを考えさせられた。



利用者役

実際に職員が体験することで普段の利用者様への気持ちが理解でき、心地よいポジションを確認することができた。

アンケートからの意見



適切なポジショニングを行うことで利用者様の苦痛や身体の負担を減らすことができたことがわかった。



利用者様の状態変化に合わせて対応できるようになり、ポジショニングの勉強会は今後も必要だと思った。



痛みや不快感を訴えることができない利用者様の立場に立って意識し、体位変換を行えるようになった。

考察

ほとんどの利用者様は、自分で動いて姿勢を変える事が困難であり、姿勢のつらさや痛みを訴えられない。その方に合わせたポジショニングや過ごしやすい環境を提供することで拘縮や褥瘡の予防にもなり、生活を豊かにすることに繋がると考えられる。

まとめ

勉強会后、利用者様を体験したことで職員の意識に変化が見られ、利用者様に合ったポジショニングが統一できるようになった。拘縮に大きな改善は見られなかったが、力の入り具合などが緩和されていることから今後の効果が期待できる。どうしたら快適に過ごしていただけるかを利用者様の気持ちになって考え、ポジショニングを実践していきたい。

最後に

現在A様は、足の開きが良くなり排泄ケアも負担なくできるようになりました。拘縮は気づかぬうちから少しずつ進行し、利用者様に痛みをもたらします。私たちが経験し学んだことを活かし、利用者様にとっての過ごしやすさの提供を目指していきます。

参考文献

快適な姿勢をサポートするポジショニングコンパクトガイド
CAPE 監修 伊藤亮子

拘縮予防改善の姿勢ケアセミナー 資料 講師 田中義行氏

ご清聴ありがとうございました。