

## ～自立した排泄にむけて～

横浜市青葉区  
介護付有料老人ホーム ニチイホーム青葉台  
介護士 宮田 雄輝

### 1 はじめに

- ・お客様：K様 女性 要介護3 認知症あり 座位保持可 歩行見守り
- ・既往歴：頰椎捻挫・硬膜下血腫・腰部脊柱管狭窄症

現在センサーとPトイレを設置しており、夜間はセンサーが鳴り次第訪室し排泄介助を行なっている。入居当時（2014年11月）は体重35kgと痩せており、立位・歩行共に不安定であり、訪室時下半身脱衣の為、失禁されているなど、介護を必要とする要素が強いお客様であった。

平成27年度の介護研究において「1人でトイレに行くこと」を目標にADL向上を目指し、歩行訓練を行った。これにより食事量の上昇や手引きにて安定して歩行出来るなど徐々にADLが向上しており、訪室した際には既にPトイレに座っている状況が見られている。またベッド上での下半身脱衣が無くなるなど、自分でトイレに行く意欲も向上している。現在（2017年3月）の時点で52kgと増加しており、適正体重の為か立位時も安定している様子が見受けられる。更なるADL向上を目指すため、食事の様子やリハビリの状況から下肢筋力の向上を目指し、センサーを外すことも視野に、安全に自立してトイレに行けるように自立支援の視点からお客様について考察していく。

### 2 研究方法

月毎にお客様の状態（食事量や体重）を他職種間で見ながら、下肢筋力の向上を目指し、トレーニングを行う。

- ・4月15日～4月30日  
日々の定時排泄に加え、1日1回職員見守りの下、歩行訓練実施。  
外気浴をして気分良く歩行して頂き、雨天時は2F廊下を歩行して頂く。
- ・5月1日～5月31日  
朝の体操に毎日参加して頂く。  
訪問マッサージの担当者様にスクワットをレクチャーして頂き、1日1回介護でも行う。
- ・6月1日～7月31日  
上記項目の継続と評価  
貼りつくパッドに移行できるか検証（1週間程度）  
夜間の様子（センサー鳴ってから何をしていたか）（パット内の尿量）  
お客様に職員見守りの下、全て介助なしで排泄していただく。
- ・8月～  
センサー位置について

お昼後からおやつ前までの間と時間を設定し、センサーをPトイレから離して設置。

30分毎にラウンドを行い、お客様の様子を見る。

### 3 結果

- ・ 4月 体重 52kg  
4月17日～20日まで腰痛のため様子観察。21日より痛み消失のためNSと相談し歩行訓練開始。  
食事形態変更 3食パンから朝食のみパンとし昼と夕は軟飯に変更
- ・ 5月 体重 51.6kg  
Drと相談し体重は現状を維持しておくこと形となる。CMよりFa様と相互確認する。  
朝の体操のため2Fから1Fまで歩行し、しっかり体操される。  
昼食後臥床前に10回スクワット実施する。
- ・ 6月 体重 52.2kg  
リハパンきつい為かパットがお尻側で丸まってしまう、自分で出来ない様子あり。  
リハパンM→Lに変更する。リハパンのみで様子見るが汚染見られるため貼りつくパッド使用開始する。
  - ・ 6月26日～28日まで右膝の痛みのため様子観察。
- ・ 7月 体重 51kg  
ふらつきなくしっかりズボンの上げ下げ行えており、パットが丸まることもなくパットを気にしている様子もない
- ・ 8月 体重 49.4kg  
歩行と見守りによる自立した排泄が安定しているため、センサー位置を時間を設定し、Pトイレから離して設置する。  
昼食後からおやつ前までの間で実施。30分毎にラウンドを行い、記録を行う。

### 4 考察

#### ① 食事について

研究を始めるに当たって主食を3食パンから朝食のみとし、昼・夕は軟飯で提供を行った。

食事に関して物足りなさの訴え等は見られなかった。パンよりもご飯のほうが嘔む回数が多く、だ液がよく分泌されて胃や腸で消化しやすくなる上に、嘔むことによって満腹感を得られやすかったと考えられる。

また、ご家族様からのお菓子などには特に制限を設けなかった。ホームで生活して頂くことに関して食事は何よりの楽しみであると考えたからである。

#### ② 運動について

介護職員による歩行訓練。訪問マッサージ様にスクワットを教えて頂き、下肢筋力を向上を行った。自立に向けて、安定した姿勢で排泄を行って頂くためと考えたが、研究の中で、体重もゆっくりと減少したことで下肢の痛みを訴えることも少なくなり、結果的に本人様にも自信をもって排泄を行って頂けるようになったと考えられる。

### 5 おわりに

研究に始めるに関してお客様より「排泄を手伝ってもらって申し訳ない」と仰る様子があり、過去の入居前の転倒歴から「怖い」という気持ちも感じ取れた。今回研究でメインに行ったアプローチは【食事】と【運動】に焦点を置いて行い、下肢筋力を増強し、安定してトイレをして頂くことであったが、

研究を続けていく中で、お客様に対し、自信のつく声かけを行い、ラウンドをこまめに行うなど、お客様に安心して頂ける環境づくりを行ったことも大きい進歩に繋がった。お客様自身もスムーズに歩行できることに関して喜んでいる様子が見られた。日々の活力が向上し、体操にも積極的に参加して頂けるなど、単なる排泄の自立化に留まらないお客様の自立度向上に繋がった。

今回の研究で1日通して自立した排泄を行って頂くという結果に持っていくことはできなかったが、一定の時間ではあるものの、センサー位置を変更できるなどこれからの繋がる結果になった。