

2-1					
主 題		拘縮の改善・予防を目的とした、安楽な姿勢援助技術研修の効果			
副 題		筋緊張を緩和する姿勢援助で安楽な臥床時間を提供する			
キーワード 1	拘縮予防	キーワード 2	姿勢援助	研究(実践)期間	12ヶ月

法人名・事業所名	社福) 老後を幸せにする会 特別養護老人ホーム等タカ共愛ホームズ
発表者(職種)	山岡まゆみ(機能訓練指導員)
共同研究(実践)者	なし

電 話	03-5706-6588	F A X	03-5706-6597
-----	--------------	-------	--------------

事業所紹介	世田谷区等タカ溪谷の近くに位置する、定員52名の特別養護老人ホームです。23 区で最初に設立したユニット型の施設で13年目を迎えました。要介護度は重度化していますが、入居者の方が最後まで健やかに過ごしていただけるように、他職種が連携・協働してケアにあたっています。
-------	--

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

当施設の平均要介護度は、開設当初 3.90 であったが現在は 4.21 に重度化している。入居者の中で、車いすを利用せずに移動できる方の割合は 25%に留まり、車いすを利用しても他者の手を借りなければ移動できない方が全体の半数以上(55%)を占めている。関節運動の低下により、拘縮が発生・進行される方もあり、それに伴い、排泄・更衣などの介助が困難になり、ケアの負担も大きくなっていた。拘縮予防のためには、全可動域におよぶ運動を1日2回、毎日実施することが提唱されているが、人材不足の状況もあり、その時間を毎日確保し実施することも困難な状態であった。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

木林は、拘縮予防のために日常生活全般にかかわる介護職員の継続したケアの中に、ポジショニング技術を活用していくことが求められ、その技術を習得するために、姿勢ケアに関する学習機会を確保することが必要であると述べている。¹⁾

そこで、拘縮予防の姿勢援助の教育に取り組んでいる理学療法士・田中義行氏を講師に招き、月1回の研修を実施し、姿勢援助のケアに関する知識・技術の習得を目指した。習得したスキルを実践し、日常のケアの中で、筋緊張の緩和・姿勢の安定から活動を支援することで、入居者に安楽に過ごしていただき、拘縮改善によってケアがやり易くなり、ケアスタッフの負担を軽減することを期待した。

《3. 具体的な取り組みの内容》

2016 年 7 月より毎月 1 回、姿勢援助技術を習得する研修を開催した。1 時間半の講義と 5 時間の実技研修で構成した。講義内容は、拘縮の種類と原因。拘縮を改善する筋緊張緩和の姿勢援助方法。実技研修は問題を抱える入居者の姿勢援助を、機能訓練指導員とスタッフが居室で実際に行いながら講師の指導を受けた。研修に参加できなかったスタッフへの伝達は以下の方法をとった。講義の伝達は、内容のポイントをまとめて「研修報告」を発行した。各入居者の姿勢援助の方法については、写真入りのパンフレッ

トを作成し居室に掲示した。また、スタッフのスキルアップと実践を継続させるために、機能訓練指導員がユニットをラウンドして、入居者の姿勢について「上手くできている点」「改善が必要な点」を姿勢援助したスタッフにフィードバックすることを反復して行った。

《4. 取り組みの結果》

1) 姿勢援助に取り組んだ対象入居者数：43名

2) 実践の効果

①拘縮の改善例

- ・膝関節が鋭角に屈曲拘縮していた方の、膝関節が緩み、宙に浮いたままであった足底を床につけて、座ることができるようになった。
- ・上肢が屈曲拘縮していたが、肘関節を伸展できるようになった。
- ・拘縮で両膝を開くことが困難であったが、開脚できるようになり、排泄介助時の苦痛が軽減した。

②安楽な姿勢援助

- ・姿勢援助後、胸郭の動きが大きくなり、深い呼吸に変化した。
- ・姿勢援助後眉間の皺が消えて、表情が穏やかになった
- ・閉眼したまま過ごしていた方が、開眼して表情がはっきりした。

③スタッフの意識の変化

- ・行った姿勢援助が適切であるか、機能訓練指導員への確認・相談が増加した。(研修前の5倍増)
- ・体調が変化した時に、車いすの機種選定やクッションの使用方法についての相談が増加した。(研修前の9倍増)

《5. 考察、まとめ》

定期的な研修は、学びを実践して新たに生じる疑問を解決することもできて効果的であった。姿勢援助は本で知識を得ただけでは、個々の対象に合った技術の実践が難しいため、継続的に指導を受けることで効果をあげることができたとも考える。課題としては以下の2点があげられる。①交替勤務のため、講師の直接指導を受ける機会を均等にできない。②姿勢援助の技術習得には、実践経験を積むことが必要であり、短期間の実践では適切な姿勢援助が困難な場合がある。

今回の研修で新たに得た知識は既存のものと大きく異なる点が多く、新鮮な驚きがあった。実践しての拘縮改善の効果出現も、また嬉しい驚きであった。この体験を増やすことができるよう、また課題を解決するよう、実践を継続していかなければならないと考える。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

本実践発表を行うにあたり、ご本人(ご家族)に書面をもって確認をし、本発表以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し、回答をもって同意を得たこととした。

《7. 参考文献》

1) 木林身江子、天野ゆかり「高齢者福祉施設におけるポジショニング」

静岡県立大学短期大学部研究紀要 第24号、64-74、2011

2) 「介護に役立つ! 写真でわかる拘縮ケア」(2016)、田中義行、中央法規出版

3) 「拘縮予防・改善のための介護」(2012)、田中義行、中央法規出版

《8. 提案と発信》

交替勤務を行う職員全体に、情報を伝達浸透することに、日常業務の中でも苦慮している。今回の研修は単発開催ではなく、定期的に継続して開催する方法を選択した。この方法が学んだ技術を継続実践することを助け、拘縮改善効果を得ることに繋がったと考える。新たに入職したスタッフも、スキルを習得し姿勢援助を行うことができるように、実践を継続していきたい。