

3-6					
主題	非装着型睡眠計導入事例を用いた睡眠支援の検討				
副題	次世代介護機器の有効活用をめざして				
キーワード 1	次世代介護機器	キーワード 2	睡眠支援	研究(実践)期間	9ヶ月

法人名・事業所名	社福) 亀鶴会 特別養護老人ホーム 神明園
発表者(職種)	星野浩基(機能訓練指導員)、木野直樹(介護副主任)
共同研究(実践)者	菊田鉄平(介護副主任)、飯島和枝(介護副主任)、野村祥明(介護職員)、他

電話	042-579-2711	FAX	042-579-6868
----	--------------	-----	--------------

事業所紹介	東京の西部に位置する羽村市(人口約5万7千人)に、市内3番目の特養として平成11年に開設し、20年目を迎えています。【地域社会に開かれた園づくり】『楽しみ』『くらし』～そして『よろこび』の2つを理念に掲げ、全員参加による生活支援の実践を目指しています。
-------	--

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

次世代介護機器の活用が推奨される昨今、神明園でも支援の質を保ちながら職員の量的・質的な負担軽減を図る事を目的とし、2018年度より「ロボット機器委員会」(以下、委員会)を創設した。そこで、介護実務の実践を目指すために各種介護機器の導入について検討を重ねている。これまで移乗支援機器3種、コミュニケーション支援機器3種、見守り支援機器3種について、メーカーや販売店の協力を得て試験的に使用してきた。しかし、実際の現場に導入した際の活用場面や対象者といった条件を仮定し、適応範囲の制限や職員の操作・順応などをシミュレートした結果、現状での本格的導入を見合わせざるが多かった。そのような中、対象範囲の広さや睡眠に関する支援に対するアプローチといった面で、委員会において有効な活用が期待できるとされた、非装着型睡眠計(P社製)を25台導入することを決めた。そして、その活用について有効な実際の支援へのフィードバックを、再現性をもって実践するための検証を開始した。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

<目的> 浅眠や昼夜逆転など要睡眠状況改善対象と考えられる方のデータをサンプリングし、有効な支援方法を導くツールとして活用する。

<仮説> 要睡眠状況改善対象者ごとに、適切な支援方法が職員間で共有され提供されることで、睡眠の状況の改善が図れる。

《3. 具体的な取り組みの内容》

- ・対象者は、夜間の事故リスクが高い方や浅眠や昼夜逆転などがある25名を抽出
- ・実施期間は2018年9月～2019年5月末
- ・非装着型睡眠計を設置し睡眠データを収集し、生活記録による行動状況と照らし合わせ、転倒

や精神不穏などと睡眠の関係性を分析し支援方法を検討する

- ・メーカーから提案されている「事例集」を参考に、適応するデータがサンプリングされた方への支援計画の検討、実施
- ・支援後の変化について睡眠データと介護記録、職員からの聴取記録による効果の考察

《4. 取り組みの結果》

25名の使用対象者のうち5名の睡眠状況観察対象者から睡眠データをサンプリングし、残り20名は夜間の事故リスク対策を目的とし使用を開始した。睡眠状況観察対象とした5名の内2名は得られたデータを基に支援を行った結果、夜間の中途覚醒時間の減少や一日あたりの睡眠時間増大を示す変化が得られた。また浅眠・昼夜逆転とされていた3名では明らかな睡眠状態の問題は認められなかった。その他、20名の事故リスク対策を目的とした群では夜間の事故件数が減少した結果が得られた。

《5. 考察、まとめ》

支援の介入によって睡眠状況の改善が見られたA氏では、医師により睡眠に関する服薬調整が実施されており支援による改善と断定できる状況ではなかったが、睡眠が取れている状況になっていることが客観的に理解できた。また、睡眠時の尿意から不特定な不安感などを訴え浅眠傾向にあったB氏については、個別に夜間の排泄を促す声掛けやトイレへの誘導を1ヶ月間集中的に実施した結果、1か月間の平均中途覚醒時間の減少につながり、安定した睡眠状況となった変化がうかがえた。ほか3名については介護職員が睡眠状態に問題があると考えていたものの、データから見るにそれが杞憂のものであることが示されていたことで、緊急性のある支援対応から除外する判断材料を得ることができた。事故リスク対策としてサンプリングした20名に関しては、睡眠計のアラート機能を体動センサーとして代用したことで夜間事故件数の減少に繋がっているものの、この使用については睡眠計としての本来の使用目的とは異なるため、さらなる有効活用に向けた検討の余地を残している。

まだ十分な検証を繰り返しているわけではなく、本研究の結果を活用方法として言及することは早計であろう。しかし、睡眠支援でのエビデンスを明確にし、支援の方向性を決め効果を測る指標の一つとなる可能性は示唆できたと考える。これらの事から本研究で得られた知見を職員間で共有する事により、非装着型睡眠計は施設介護の現場において、より効率的な支援を選択するためのツールとなり得ると考えられた。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

本研究発表を行うにあたり、睡眠データ使用に関してご本人（ご家族）に書面にて説明し同意を得た。またご本人の判断能力が十分でなく家族不在の対象者については管理監督職間で協議の上、ご本人に不利益が被ることは無いとしてデータ使用について園長の許可を得た。

《7. 参考文献》

- ・堤雅恵(2008) 「要介護高齢者の睡眠に関する研究の動向と知見」
- ・笠井恭子ら (2015) 「要介護高齢者施設でのマット型睡眠計設置事例の紹介」 他

《8. 提案と発信》

次世代介護機器導入はその効果の懐疑性や費用対効果面で導入に踏み切れないことも多い。しかし、その機器を使用する職員自身が機器の原理・構造を理解して自分たちが使える機器の選択を論議することで、導入に関する先の問題が低減できることは本研究で示唆できたと考える。次世代介護機器導入を検討している方々にとって本研究が参考の一つとなれば幸いである。