

5-6					
主題	特別養護老人ホームにおける入浴介助時の腰痛軽減				
副題	なし				
キーワード 1	腰痛軽減	キーワード 2	入浴介助	研究(実践)期間	8ヶ月

法人名・事業所名	社福) 不二健育会 特別養護老人ホーム ケアポート板橋				
発表者(職種)	岡田直也(介護福祉士)				
共同研究(実践)者	吉沢淳(介護福祉士)、綿島英子(介護支援専門員)、中野美幸(看護師)他				

電話	03-3969-3105	FAX	03-3969-3155
----	--------------	-----	--------------

事業所紹介	社会福祉法人不二健育会『ケアポート板橋』は、特別養護老人ホーム 105 名、ショートステイ 15 名、舟渡デイサービス 62 名、東坂下デイサービス 12 名、グループホーム 18 名、居宅介護支援事業所、ヘルパーステーション、地域包括支援センター、厨房を有した、平成 9 年に開設の総合福祉施設です。
-------	---

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

当法人は各部門において業務改善に伴う研究を 1 年掛けて実践しており、過去に取り組んできた課題に対しての対策定着を調査してみたところ、「入浴介助時に、腰が痛くなる」という課題が再度発生している事が分かった。

施設の取り組みとして「持ち上げない介護」を推進しており、「リフトの導入」「スライディングシートの活用」等行っているが、現状把握を行ってみると、腰痛がある職員は 46 名中 29 名であった。介助別で層別したところ、入浴介助時に痛みがあると答えた職員が 29 名中 16 名。更に細かく介助別で層別したところ、一般浴室の介助では洗体介助時 29 名中 14 名、機械浴室の介助では、着替え介助時 29 名中 18 名が腰の痛みある事が分かった。姿勢別での腰の痛みを調べたところ、前屈位にての介助で痛くなると答えた職員が一般浴では 29 名中 16 名、機械浴では 26 名中 20 名であった。そこで、入浴介助時におけるご利用者 1 名当たりに対する前屈位になる姿勢回数と、時間を脱衣介助時、浴室内介助時、着衣介助時、外介助時(乾燥)の 4 場面に分けて更に調査。一般浴における、前屈位回数が一番多い場面は浴室内介助時で、20 回(最多)。時間は 117 秒(最多)。機械浴における、前屈位回数が一番多い場面は着衣時で 15 回(最多)。時間は 250 秒(最多)であった。(以上のデータはランダムサンプリングにて)以上の現状の把握より、重点指向の考えを基に、入浴介助時の腰痛軽減の見直しを課題として取り組む事とした。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

【目的】腰痛がある職員が半数以上いる現状がある。腰痛により、欠勤等ご利用者に対する影響も大きい。既存の入浴介助方法を見直す事で、腰痛の軽減できるのではないかと考え、今

回の課題に取り組む事とした。

【仮説】腰痛がある職員が 46 名中 29 名。そのうち入浴介助中に痛みがあると答えた職員が 16 名と最も多かった為、重点指向の考えよりまずは入浴介助の見直しを行うことで、腰痛の軽減に繋がると仮説を立てた。

《3. 具体的な取り組みの内容》

- ① 前屈位 20 度以上の姿勢を不良姿勢と定義（以下 前屈位 20 度以上＝不良姿勢）
目標として、入浴介助時、ご利用者 1 名の介助に対する不良姿勢時間を既存の 50%以下にする事とした（半減法）
- ② 取り組みの具体的な手段
 - ・機械浴のベッドの交換を行う（ノーリフト協会・東京大学研究データを基準とする高さ）
 - ・洗体等を行う際に、職員介助用の椅子を利用する
 - ・正しい移乗方法の勉強会を実施
 - ・最初に使っていた椅子から、高さの合った椅子に変更（追加対策）
 - ・脱衣所にも椅子の設置（更衣介助時使用）

《4. 取り組みの結果》

（対策実施前）一般浴：ご利用者 1 名当たりの不良姿勢 174 秒

機械浴：ご利用者 1 名当たりの不良姿勢 298 秒

（対策実施後）一般浴：ご利用者 1 名当たりの不良姿勢 62 秒（64%減）

機械浴：ご利用者 1 名当たりの不良姿勢 84 秒（72%減）

- 波及効果 介助方法を水平展開する事で、通所介護職員の腰痛軽減も行うことができた。
正しい移乗方法を学ぶことで、全体の介助技術の向上に繋がる。

《5. 考察、まとめ》

今回の取り組みを行う事により、入浴介助時における腰痛軽減を行う事ができ、介助負担の軽減を行う事ができた。以前行った活動においても、定期的な確認と見直しを行う必要がある事を痛感すると共に、定着させていく事の重要性を再認識した。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

なお、本研究(実践)発表を行うにあたり、ご本人（ご家族）に口頭にて確認を実施、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事とした。

《7. 参考文献》

「すぐわかる問題解決法」細谷克也 編著 日科議連より 2013 年

《8. 提案と発信》

今後は、入浴介助時以外の介助も見直していくことで、更なる腰痛軽減を目指していく。また、「持ち上げない介護」を実践、実施していき、内容を外部に発信していきます。