

|                    |                  |                       |                           |
|--------------------|------------------|-----------------------|---------------------------|
| 主題                 | ADLの向上に向けての取り組み  |                       |                           |
| 副題                 | 意欲を持てば、生活の幅が広がる！ |                       |                           |
| リハビリテーション          |                  | 意欲向上によるADL向上          |                           |
| 研究期間               | 12ヶ月             | 事業所                   | 特別養護老人ホーム 上井草園            |
| 発表者：吉本 健太（よしもとけんた） |                  | アドバイザー：関口 恵（せきぐち めぐみ） |                           |
| 共同研究者：             |                  |                       |                           |
| 電 話                | 03-3394-1094     | メール                   | kamiigusa@3friends.or.jp  |
| FAX                | 03-3394-9834     | URL                   | http://www.3friends.or.jp |

|                  |                                                                                                                                            |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 今回発表の事業所やサービスの紹介 | 社会福祉法人サンフレンズ上井草園は駅から徒歩3分で閑静な住宅街にある2階建て回廊型の施設です。1階の半分、2階部分が特別養護老人ホームで、3グループに分かれています。入所定員75床、ショートステイ9床。同施設内にデイサービス、地域包括支援センター、居宅介護支援センターを併設。 |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 《1. 研究前の状況と課題》

82歳男性。脳血栓の後遺症で右片マヒあり。特養入所前は2年間ほど自宅にて過ごしていたが、離床機会は週1回の入浴時のみで、ほとんど寝たきりの状態。外出もしていない。

入所後、離床の際はリクライニング車イスを使用。自宅では寝たきりだったため、離床への拒否や、身体を動かすことでの痛みの訴えが聞かれている。

入所して数日後、PTに氏の身体状態をみてもらっている。機能的には、離床時間の増加やスタンダード車椅子の使用等ができるようになるのではないかと所見。

氏のADLの向上へ向け、リハビリへの拒否もみられていた氏へ、どのようにリハビリを導入していくか。

### 《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

自宅では寝たきりでの生活を送ってきたが、ADLを向上させることで氏の生活の幅が広がることを期待して、リハビリの導入に取り組んだ。

入所後のPT見解をもとに、最終的にはスタンダード車イスでの離床を目標としている。

段階的な目標として、

- ① 離床機会の確保（毎食事時）
  - ② 離床時間の延長
  - ③ 使用車椅子の変更
- を挙げて取り組んだ。

### 《3. 具体的な取り組みの内容》

- 日常生活の中で行うことのできる内容のリハビリを実施。
  - 月1回の割合でPTに身体状況を確認してもらい、リハビリの効果を確認。
  - 日数を重ねる毎に氏のリハビリ意欲が向上、自発的なリハビリも行うようになった。
  - 意欲向上の要因として、
    - ・ADLが向上することを氏自身が実感できた。
    - ・PTとの信頼関係が構築されていた。
- 上記のことが考えられる。

### 《4. 取り組みの結果と考察》

入所当初は離床への拒否や、身体の痛みのため身体を起こすことさえも拒否がみられていたが、リハビリを通して、離床機会の確保、離床時間の延長、意欲の向上といった成果を得ることができた。

自発的なリハビリとして、車椅子上での座位を保持できるように、臥床時に頭部ギャッチを上げ、数十分保持するというものを、自発的に取り組んだ。日を増す毎に、ギャッチの角度が上がっていき、最終的には90°で保持できるようになった。

取り組みの結果、入所以前の状態に比べ、生活の幅が広がり、身体機能の向上が得られたと考えられる。

また、リハビリ意欲の向上とともに日常生活への意欲も高まったように見受けられ、介助が必要であった食事も自己摂取ができるようになり、外への散歩も週1回の割合で行うようになった。このことから、QOLの向上にもつながったと考えられる。

### 《5. まとめ、結論》

リハビリを通して、ADLの向上、生活の幅を広げることを目標として取り組んできたが、その成果を得ると同時に、今回の結果から、生活の中で何かに意欲を持って頂くことが、QOLの向上につながっていくということを感じることができた。

### 《6. 倫理的配慮に関する事項》

本研究発表を行うにあたり、ご本人（ご家族）に口頭にて確認をし、本研究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。

### 《8. 提案と発信》

日々のリハビリに取り組むことで、ご利用者の生活の幅が広がり、そのことから他にもさまざまなメリットを得ることができると考えています。

ご利用者の生活の幅を広げるために、他にも何か取り組んでいきたいと考えています。

【メモ欄】