

主題	ライフスタイルの尊重
副題	夜間入浴による快適な入眠を目指して

ケアの質の向上	個別ケア
---------	------

研究期間	13ヶ月	事業所	特別養護老人ホーム フローラ石神井公園
------	------	-----	---------------------

発表者：苗木 彩香（なえき あやか）	アドバイザー：
--------------------	---------

共同研究者：花城 宏一、武者 知恵美、中村 奈津美

電 話	03-3966-6600	メール	soudanin@flora.or.jp
FAX	03-3996-5551	URL	http://www.flora.or.jp

今回発表の事業所やサービスの紹介	平成15年開設、90床の特別養護老人ホームです。福祉事業の多様化を受けて、地域の方にどのようなサービスが提供できるのか、またどのようなサービスが求められているのか根本的に考え、福祉事業を行う法人として社会的な見地から、それぞれのニーズにあったより質の高いサービスを選定し、豊かな生活の礎を作るお手伝いをしています。
------------------	---

《1. 研究前の状況と課題》

これまで、入浴介助は週6日間、日中の時間のみで行われてきた。しかし本来、日常生活を送る上で、夜寝る前に入浴し就寝することが多くの人にとっての習慣であり、また湯船に浸かり体を温めて布団に入ることが、安眠につながるのではないだろうかとの話が入浴委員会で上がった。

さらに当時夜間不眠傾向の強いお客様がおり、夜間帯のヒヤリハット、事故が続いている状況もあった。その為、平成24年1月より入浴委員会を中心に夜間入浴が検討された。

【事例】

Y様、65歳、要介護度4。平成15年4月脳梗塞発症 右不全麻痺、発語障害が残る。平成21年4月21日 当施設入所。入所当時より夜間帯の放尿、ヒヤリハット、車椅子・ベッドからの滑落、転倒が多くみられていた為、平成24年8月5日より入眠チェックを行う。

《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

- ① 夜間にゆっくりと入浴していただくことで、ご本人様に満足していただき QOL の向上をはかる。
- ② 夜間入浴を実施することにより入眠を促し、夜間帯の放尿や事故の減少を目指す。
- ③ 夜間入浴を定着させ、実施回数を増やしていく。

《3. 具体的な取り組みの内容》

平成24年3月 夜間入浴のスケジュール表の作成、必要物品の検討、勤務職員の調整。

平成24年4月 夜間入浴開始。各階2名ずつ、月1回を予定。主に入浴委員が対応。

平成24年5月 委員会にて前回の夜間入浴の反省。今後も好評であればお客様に希望をとり、夜間入浴を実施、継続していく。

平成24年7月 今後入浴委員以外の職員も行えるように検討。その為、特変時の対応について周知を行っていく。

平成24年10月 月1回だった対応を、月2回に増やす。また、2階のY様を固定メンバーとする。

平成24年11月 委員会にて平成25年4月より週1回実施の検討。

平成25年4月 週1回実施。(毎週木曜日)

《4. 取り組みの結果と考察》

平成24年4月から夜間入浴を開始し、平成25年4月25日現在で計22回実施することができた。

- ① 入浴後にお客様よりコメントをいただき、未記入を除いた28件の意見のうち「気を使うから昼間の方が良い」との意見が1件聞かれるも、その他は「夜に入るのも良いね」「ぐっすり眠れそう」等の好評な意見が多く聞かれた。
- ② 事例としてあげたY様は、入浴回数計16回。うち朝まで良眠されていたのが14回、浅眠が2回。夜間入浴を行った日の87%が良眠されているとの結果が出た。また、平成24年11月から平成25年4月の半年間の入眠チェック表で比較したとき、途中覚醒された確率は、日中入浴の場合が17%、夜間入浴の場合が13%との結果も出た。
- ③ さらに、放尿に関しては日中入浴した際は3回、夜間入浴では0回となっている。

《5. まとめ、結論》

夜間入浴は、希望された方と夜間不眠傾向のあるお客様を優先して定期的の実施してきたが、必ずしも良い結果が出るものではなかった。

また、最初は月1回で実施していたものを週1回の実施にまで定着させることができた。

夜間入浴が職員・お客様の生活の一部になるように定着させるためには時間がかかるかもしれない。今後も夜間入浴を継続して実施し、お客様の意見等を取り入れながら、さらにお客様に満足していただけるような入浴へと改善させていきたい。

《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》

安全だから、施設生活の職員の都合での入浴だから、ではなく「寝る前にひと風呂浴びて休みたい」という人としての当たり前のニーズをかなえていきたい、と日々考えています。

【メモ欄】