

演 題	老健での生活期リハビリテーションの効果
副 題	生活動作の改善がもたらした在宅復帰の第一歩

フリガナ	カイゴロウジンホケンシセツ ヒバリエン
施設名	介護老人保健施設 ひばり苑
フリガナ	リガクリョウホウシ フカサワミユキ
発表者(職名・氏名)	理学療法士 深沢みゆき
フリガナ	ヒバリエン カイチドウ
共同研究者	ひばり苑 リハビリテーション科一同

【はじめに】

生活期は、急性期や回復期と言われる入院期間よりも障害を持つ方々にとって長い期間を過ごす時期である。今回、発症後5か月目からリハビリテーション（以下、リハビリ）を開始した利用者で、約半年間の介入を経て基本動作が全介助の状態からシルバーカー歩行獲得までに改善し、在宅復帰を目指すまでに支援できたケースについて、リハビリ職としての視点を中心にその取り組みを紹介する。

【ケース紹介】

O様 / 83歳 / 女性 / 要介護度4
 既往歴：左変形性股関節症、右肩関節周囲炎
 腰椎椎間板症

性 格：明るい性格で他者と関わるのが好き

【生活背景と現病歴】

息子と二人暮らし。屋外はシルバーカー、屋内はT字杖を使用し歩いていたが、徐々に歩行が不安定となってきたためリハビリと入浴目的で当苑のデイケアの利用を開始。デイケア利用中の平成29年夏、急性肺炎・心不全・胃潰瘍・認知症の診断で入院。約5か月間の治療を終えたが、基本動作がほぼ全介助となり、「家での生活は難しいので、今後は施設で過ごしてほしい」という家族の意向から特養待機の目的で当苑に入所となった。

【初期評価 入所時】

- ◎主訴：腰が痛くて起きるのも座っているのも大変
- ◎Hope：リハビリを頑張るって家に帰りたい
- ◎ADL：基本動作ほぼ全介助、モジュール型車椅子使用
- ◎課題：自立を妨げる要因を次の4点に定める
 - ・体を捻る動作や前傾位で腰痛が増悪する
 - ・右肩関節の可動域制限から支持物を上手く掴む事が出来ず、起居動作に介助を要す
 - ・筋力低下により様々な動作が自力で行えない
 - ・脚長差の影響から硬性墜落性破行がみられる

【リハビリテーション介入・経過】

《動作指導・基本動作練習》

オムツ交換時の体幹回旋動作で疼痛増悪を認めた。体幹回旋ストレスが腰痛増悪の一因と考え、捻らないような寝返り動作を練習した。また、介護士と連携し、身体に適した環境設定と動作誘導を行った。

《関節可動域練習》

右肩関節に著明な制限があり、自由に手が伸ばせない状態だったため可動域練習を実施。さらに実践的に動作練習を通して支持物を掴む練習を実施した。

《補高靴の作成》

看護師と連携して整形外科受診に同行。腰痛や骨の状態・脚長差の原因について情報収集を行った。レントゲン上、左大腿骨頭に骨破壊があり、股関節屈曲拘縮の影響も合わせると合計で5cm程の脚長差があると指摘を受けた。本人と家族に補高靴の提案を行い、医師の承諾を得て簡易補高靴の作成を進めた。入所後3ヶ月で補高靴が完成し使用を開始した。

《家族への介助指導》

外出時に車椅子の操作方法や動作指導を行った。

【介入後の変化】

- ◎介入後3か月⇒起居動作が自立。疼痛の誘発なく徐々に自力での寝返りが可能となった。移乗動作が軽介助で可能となり、介助量が軽減したため車椅子を普通型に変更した。また、ベッド上でのオムツ交換からトイレでの排泄に変更した。
- ◎介入後6か月⇒移乗動作が自立。トイレ動作は、下衣更衣が片手でなんとか行えるようになり見守りに近い状態までに変化。また、シルバーカーを使用して連続50m程度の見守り歩行が可能となった。
- ◎補高靴の効果⇒硬性墜落破行が軽減。立位姿勢が改善したことで疼痛軽減や身体の動き易さに繋がった。
- ◎家族の Hope⇒家でもう一度過ごしてほしいとの思いへ変化し、相談課と連携しながら今秋在宅復帰へ。

【まとめ】

介入当初は疼痛により臥床傾向だったが、痛みの少ない動作方法を理解して楽に動けるようになる事が分かると、「自分で考えてやってみる、次はこれができるように頑張る」と積極的かつ自発的な行動変化がみられた。小さなことでも「できた」という成功体験を重ねることが本人にとって自信となり、在宅介護に消極的だった家族の気持ちまでも動かす動作改善に繋がった。リハビリ職からみた身体的な課題を生活におとしこみ、多職種協働で取り組むこと、そして本人が自信と自発性をもって取り組めるように関わり支えていくことが、想いを叶える支援の第一歩になると学んだ。