

ご利用者様の生活の質の改善

～元気になった私が外出で得た事～

特別養護老人ホーム 女満別ドリーム苑

介護リーダー 佐藤 元

介護主任 小野 英樹

共同研究者 南出 彰



自立支援介護とは

ADLをもう一度自立できるように戻す事

**ADLが自立 → QOLの向上（生活の質）
IADLの自立（手段的
日常生活動作）**

基本的な4つのケア

【水分】 1日 1500ml以上摂取

【食事】 常食 1日 1500kcal

**【排便】 下剤を使用せず、2～3日に1回
自然排便**

【運動】 歩行を中心とした運動

事例の紹介

- ・ Y・F氏 (女性 90歳) 要介護度5 寝たきり度B2 認知症度Ⅲa

主な疾患

- ・ 心不全
- ・ アルツハイマー型認知症
- ・ 骨粗鬆症
- ・ うつ病

内服薬

ドネペジル 2T	認知症の薬	エピナスチン 1T	第2世代抗ヒスタミン剤
ルプラック 1T	利尿降圧薬	リスペリドン 2T	抗精神病薬
ムコダイン 3T	去痰薬	ゾルピデム 1T	不眠症治療薬
マグミット 2T	制酸剤	シロスタゾール 2T	抗血小板薬
ネキシウムカプセル 1C	消化性潰瘍治療薬	ミリステープ 2枚	冠血管拡張薬
アミトリプチリン 1T	うつ病の薬	センノシド 2T	便秘治療薬
ベタセレミン 1T	ステロイド内服薬		

《生活歴》

- ・ 22歳で結婚し夫が亡くなる55歳まで農業を続ける
- ・ 花を育てる事が趣味 自分の考えなどをあまり表に出さない性格

入所までの経緯

平成14年～うつ病と診断

平成20年～アルツハイマー型認知症と診断

平成24年12月～家族に攻撃的な発言が出る

平成28年1月～デイサービス利用開始

- ・ 職員が傍を離れると職員を呼ぶ事が多くなる
- ・ 自宅でも10～20分おきに家族を呼ぶ事が多くなる

平成28年5月～ 当苑に入所

入所時の状況

《認知障害》

- ・ 昼夜を問わず職員の事を頻繁に呼び昼夜逆転

《水分》

- ・ 1日平均1,202ml摂取
- ・ 脱水状態で体温が高いため頭にアイスノンを当てて過ごす

《食事》

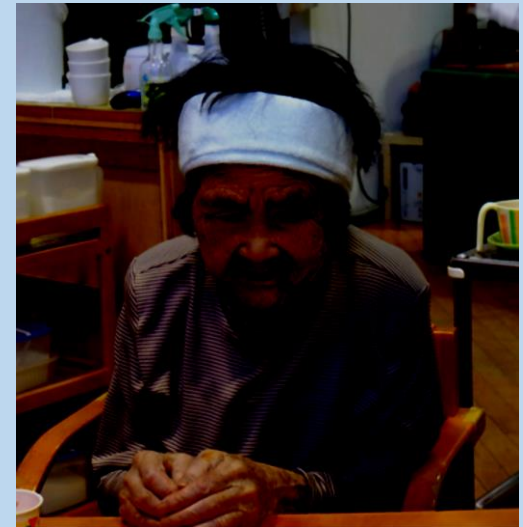
- ・ 義歯が合わず持参していないため義歯を使用せず
主食：お粥 副食：ソフト食

《排泄》

- ・ 定期下剤常用（マグミット2錠、センノシド2錠）
- ・ 排便時間、回数が不規則

《運動》

- ・ 歩く事に自信が無く不安を感じており実施していない



アセスメントした結果

- 必要な水分量を摂取出来ていない
- 覚醒水準が低下しているため昼夜逆転している
- ソフト食を摂取しているため栄養価が足りず低栄養
低体力（BMI19.8）で活動が無く運動不足である
- 下剤常用のため、排便時間、回数、
ブリストルスケールが安定しない

《目標》

脱水、低栄養、低体力を改善し

活動の幅を広げ昼夜逆転を解消する

課題別ケアプラン

水分

- ・水分計画 (1,615ml)
- ・体重測定 (1週間)
- ・動悸・疲労・息切れの確認

食事

- ・義歯作成
- ・常食提供
(摂取カロリーー1.500kcal)

排便

- ・定期下剤中止
センノシド2錠
マグミット2錠
- ・サンファイバー使用
- ・乳酸菌飲料の提供
(ヤクルト提供)

運動・活動

- ・歩行練習
(歩行器使用)
- ・日中活動の増加
(外出、外食、趣味活動)

課題別ケアプラン

実施期間 (平成28年5月～7月)

水分

- ・ 1日平均 **1,474ml**
- ・ 体重：変化なし
- ・ 疲労、動悸、息切れなし
- ・ 浮腫：あり

排便

- ・ H28.5/14
センノシド2錠中止
サンファイバーAI 6g×3
ヤクルト65ml1本提供
- ・ H28.6/3
マグミット2錠中止
- ・ 排便周期：不規則（最長4日）

食事

- ・ H28.6/3：義歯作成
：BMI **19.3**
- ・ H28.6/30：**義歯完成**
- ・ H28.7/20
副食⇒1部常食提供
(根菜類)

運動・活動

- ・ H28.5/24
トイレ ⇔ 食堂席
歩行器歩行**15m**から開始

平成28年6月 外出先での様子

道の駅にて外食（義歯が無い状況）

「おいしかった」と喜んで常食を食べる事が出来た



課題別ケアプラン 義歯について

平成28年5月

義歯 作成前



平成29年6月

義歯 作成後



課題別ケアプラン

実施期間 (平成28年8月～11月)

水分

- ・ 1日平均 **1,561**ml
- ・ 疲労・動悸・息切れなし
- ・ 浮腫：軽減
- ・ 10月上旬⇒夜間良眠

食事

- ・ H28.8
主食：お粥⇒米飯
- ・ H28.9/7
全品常食
「やっぱりご飯は美味しいね」と喜んでいる
- ・ H28.9：BMI **20.8**

排便

- ・ 排便周期
8月上旬⇒不規則
(最長2日)
- ・ ブリストルスケール④
- ・ 排便回数：1回
- ・ 排便時間：不規則

運動・活動

- ・ H28.8/4
活動：塗り絵
- ・ H28.8/27
歩行⇒ **36**m
- ・ H28.11
趣味活動 外出 外食

平成28年11月 外出先での様子

ご友人と道の駅にて外食し
お肉が固いが、

「おいしい」と話され全部食べられる



課題別ケアプラン

実施期間（平成28年12月～平成29年3月）

水分・食事

- ・ 1日平均 **1.537**ml
- ・ 疲労・動悸・息切れなし
- ・ 浮腫：変化なし
- ・ H29.3：BMI **23.1**

排便

- ・ H28.12/1～8日間
体調不良にて軟便
- ・ 水分、歩行増加
腸内環境改善
⇒胃大腸反射で
食後の自然排便

運動・活動

- ・ H28.12～
苑内のインフルエンザ流行
↓
外出の機会を控える
- ・ H29.1/4
歩行⇒ **196**m
- ・ H29.3/26
歩行⇒ **208**m
- ・ H29.1/19
活動：塗り絵

要介護度

- ・ H29,2/1
介護認定
要介護度 **5⇒3**

そして現在

平成29年6月 1人で歩行器歩行

歩行器歩行



**1日400mの
生活歩行が可能に**



現在

平成29年7月 苑内での様子

歩行器 ➡ シルバーカーに移行
1日 **5m** 練習中



趣味で1日4時間
➡ 夏祭りで展示



現在

平成29年7月 外出先での様子

馴染みの呉服屋で



お寿司屋さんで
大好物のお寿司を



ケアに取り組んだ結果と課題

(結果)

- ① 4つの基本ケアで低栄養・低体力の改善
⇒ 活動量が増加し昼夜逆転の解消
- ② 本人、家族同意のもと他職種連携し義歯作成に取り組む
⇒ 常食を食べる喜びを得た
友人と外出、外食の楽しみを取り戻す事が出来た

(課題)


- ① 生活の幅を広げる為にも基本ケアを継続し、自宅への外出・外泊へ繋げる屋外歩行の練習についても検討
- ② 施設として地域の方々に自立した生活の維持、回復が出来るように自立支援介護を普及

考察

- ・ 自立支援介護を実践しADLが改善、QOLが向上したため友人との外出を通じて社会的交流が広がった
- ・ 身体的、精神的、社会的な健康体を取り戻すためには4つの基本ケア（水、食事、排泄、運動）が必要であった
- ・ ADLが向上したが、家に1人でいる事での不安感、施設での安定した生活を好み、自宅への外出、外泊の意思表示が得られなかった

この事から

ご利用者様の自分らしい生活を維持、向上するには介護職がより専門的知識を身に着け、さらに他職種連携を図り個人に合わせたケアを実践していかなければならない



ご清聴ありがとうございます

ございました。