

「本人が少しでも自立して、 夫婦が安心して生活していくために…」

現在の生活について

山下信夫さん（仮称・67歳）は、理容店を約17年間営みながら林業作業員としても働いていました。60歳から近所の中学校の用務員として働いていたが数年後にうつ症状が現れ、65歳頃より日常生活に支障をきたすようになってきました。その後入退院を繰り返し、パーキンソン病の診断を受けました。現在、介護保険の要介護認定で要介護度3の認定を受けています。

家族は、市街地から車で20分程度のところに妻の八重子さん（仮称）と二人暮らし。札幌には娘が一人、近隣の町に息子さんが二人住んでいます。妻は右手に外傷の後遺症があり、手に力が入らないので日常の介護や生活にも支障がある状態です。しかし、排泄介助、入浴介助、食事介助など八重子さんが一人で行っています。昼夜問わず一人で介護しなければならず、身体的負担が大きく、特に排泄介助が大変です。

また地域柄、近所の干渉も多くストレスに感じる事が多く、信夫さんも、もともと口数も少なく、最近特に自発性が低下し八重子さんの問いかけにも答えることが少なくなり、それに対しても強いストレスを感じているとのこと。

信夫さんは、週一回水曜日にデイサービスを利用しています。身体状況は、パーキンソン病による動作の緩慢さ、振るえ、小刻み歩行などがみられます。また、衣服の着脱が不自由で、記憶の喪失などの痴呆症状がみられ、ここ1年間で急速に進行しました。

日常生活については、ベッドからの起き上がりなど全てに介助が必要で、八重子さんがいない時は転落防止のために、横に高さが低い折りたたみベッドを置いています。座位になっていると倒れてしまうので支えが必要。歩行は前のめりに小刻み歩行なので、つまずきやすく、屋外では杖を使用しています。食事はこぼすことが多く八重子さんの見守り、声かけが必要です。排泄はポータブルトイレを準備していますが、歩行するのもしらびりのためという思いもありトイレまで誘導しています。トイレでの下着、オムツの着脱は八重子さんが行っています。入浴については、週に1度のデイサービスで行い自宅では入浴はしていません。着替えは着脱の順番を忘れる、動作の緩慢さなどからほぼ全介助の状態。ひげ剃りはシェーバーで時間がかかっても自分でするようにしています。

家事は八重子さんが行っており、一戸建てのため、今まで信夫さんが行っていた草刈りや、薪割りなどの自宅周りの仕事も行っており負担が多いようです。経済状況は夫婦二人の年金が月約18万円で生活しています。信夫さんはデイサービス以外に出かけることはなく、八重子さんも近所付き合いも少なくなりました。

八重子さんは信夫さんが少しでも自分の身の回りのことができるようになってほしい、できれば外の草刈りくらいはできるようになってほしいと望んでいます。

安心して生活していくための 様々な方法や工夫を考えてみましょう

そこで、「出前介護講座」の講師が、信夫さんと八重子さんが安心して生活していくための様々な方法や工夫を考えてみました。

1

体力の向上と適切な福祉用具など

信夫さんの自発性の低下による廃用性障害が進んでおり、筋力の低下が著しく、起きあがり非常に辛く大きな介護負担になっています。そこで、室内でできるバランス力向上の運動と、介護負担を軽減するために、安楽な指定位置に移動用バーを取り付けるなど適切な福祉用具選定をすることが必要です。

2

夫婦で明るい生活をおくりましょう

また、パーキンソン病は進行していく可能性があり、八重子さんが悲観的になっていることが介護に影響しているようです。

また、夫婦で暗くなってしまうないように、できるだけ一人の時間を大切に、デイサービスの利用を増やしてみてもはどうでしょうか。ケアマネジャーさんに相談してみてください。

地域の支援関係者や 家族の様々な 支援を通して...

そして、「出前介護講座」実施後これらの講師のアドバイスをもとに、地域の支援関係者や家族が様々な支援を行いました。

体力の向上と適切な福祉用具の利用を通して...

信夫さんは「出前介護講座」の後、入院しADLの変化があり、現在は身体状況にあった運動はデイケアの理学療法士により指導を受けることになりました。また、退院後に合わせて支援バーを取り付け、自力で立ち上がりが可能となり介護負担が軽減することになりました。立ち上がりができるようになり、本人の自信にもなったようです。

「出前講座」の後、公営住宅に引っ越し、段差は全くなく手すりも完備されているため、以前の住宅よりも安全になりました。福祉用具の使用については、車椅子の生活となったため、臀部の発赤防止のためのアクションパッドを使用しました。ベッドのサイドレールを支援バーに変更しエアマットも使用するようになりました。