

事例 4

加藤 イク さん
(仮称・92歳)
のケース

「夜、安心して眠れる介護工夫を 教えてほしい…」

生活暦と現在の状況について

加藤
イク
さん
(仮
称・
92
歳)

イクさんは夫の死去後数年独居されていましたが、物忘れが多くなり、札幌に住んでいた娘さんが介護のために本町に来て、約6年になります。

現在は老人性痴呆や変形性腰椎、膝関節症、うっ血性心不全等を患い、介護保険制度の要介護4を認定され、娘の真紀さん(仮称)の介護を受けながら生活しています。

イクさんは家の中では伝い歩きができ何とか自立していますが、外出時は介助を必要としています。

また、食事は時間がかかりながらも自分で取ることができます。

しかし、5年程前から不眠の症状がひどくなり、夜間の徘徊が強く、昼夜逆転している状況にあります。

排泄においては、尿・便失禁がありオムツを使用していますが、オムツをはずしていじる等の癖があり、自分でトイレへも行きますが、トイレットペーパーを巻き取ってしまうなど、その都度、見守りや声かけが必要な状態で、入浴は週1回、ホームヘルプサービスを利用して介助を受けています。平成13年10月まではデイサービスを週2回利用していましたが、昼夜逆転により起床時間が遅くなり、送迎時間に間に合わないため休止したとのことでした。

最近では衣服を着る順番に用意をして、声をかけてもなかなか着る事ができなくなっている状態が続いているようで、家族は施設入所を希望していますが、経済面の不安もあり家庭で介護を続けています。

介護者の状況と介護の負担について

介護者：加藤 真紀 さん(仮称・72歳)

イクさんの不眠の症状がひどくなってから、夜間の徘徊への見守り等により非常に疲労が溜まっているようにうかがえます。

また、尿・便失禁時の保清や着替えの介助、オムツをいじった際の片づけの他、日常生活全般の見守りから介助に到るまで全て真紀さんが介助を行っている状態です。

介護を始めた頃に比べると、介護負担の訴えが見られるようになってきていますが、長年の介護の経験から関わりへの工夫や、自分の時間を持つ等の工夫ができるようになってきています。

イクさんを取りまく 地域の介護支援者の 関わりについて

ホームヘルプサービス、デイサービスセンター、ショートステイ、医療機関、在宅介護支援センター等サービス利用時の身体状態等について必要に応じて連絡調整を取り、随時、課題の検討やケース会議を開いています。

真紀さんにも負担の軽減に多くのサービス利用を促していますが、痴呆症状による昼夜逆転があり、生活のリズムがとれない状況にあるため、デイサービスの利用を計画する事ができません。

昼夜逆転の減少のための、日中の過ごし方等について相談しながら様々な方法を試していますが、改善できないうちに次々課題が発生し十分な対応ができない状況にあります。

介護者である真紀さんの希望と抱える問題や課題について

真紀さんも72歳と高齢のため、介護にも無理が効かなくなっています。

イクさんの昼夜逆転やオムツを外していじる等の行動が減少して、なるべくゆっくり就寝できるようになればというのが切実な思いのようです。

現在は課題の1つが改善できるかできないのうちに、また、新たな課題が出ているため真紀さんは、若干混乱状態にあるようです。



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、真紀さんが夜、安心して眠れるような介護の様々な方法や工夫を考えてみました。

安眠に向けた介護のポイント

- 日中の過ごし方を見直してみましょう。
 - ①訪問看護やホームヘルパーによる外出介助・簡単なリハビリ運動を行うことは、身体を動かす等、運動により適度な疲労感を与えることができるので安眠を促進できるでしょう。
- 医師に相談してみましょう。
 - ①精神科に受診または、主治医に相談し眠薬等で不眠を解消する方法もあります。
- 排泄介助の見直しをしてみましょう。
 - ①トイレへ誘導の時間帯や介助のやり方等を見直し頻回に行えるような体制を組んでみましょう。
 - ②不快感のない紙おむつへ変更する等おむつの見直しをしてみましょう。
- 就寝前のケアも大切です。
 - ①足浴等により交感神経の緊張抑え血圧を低くすることも必要です。
 - ②快眠効果のある牛乳を飲む等の工夫をしてみましょう。
- 生活リズムの安定化
 - ①一般的に痴呆老人は環境適応能力が低い為、生活のリズムが崩れる傾向にあります。それらのことを考慮してショートステイを利用してみてはどうでしょう。
 - ②起床時間を解決し再度デイサービスセンターの利用を検討するのも効果的です。

講師からの今後の介護にむけたアドバイス

- 家庭介護者の介護(痴呆老人に対する理解)知識・技術の習得。

介護者となりうる方は、この先どのような現実が待ち受けているか。又どのくらいの費用や労力がかかるのかを予測できないでいます。目先の介護対策だけでなく将来的にどうしたいのか、どのような選択があるのかを早い時期に話し合い納得していただくことが不可欠になります。
- サービス開始時の家庭介護者への精神的アプローチ

サービスは、開始時期が非常に重要です。他者が係わってケアしていくことに家族はまだ不慣れた状態です。
要介護者と介護者に関わる全てのサービス提供者が同じ方向性でサポートしていくことが大切です。

◎痴呆老人のケアについて

規則正しい生活のリズムを作ることが先決です。
外出など積極的に他者と触れ合うことが大切です。
環境の変化に気を配ることが大切です。

◎介護者教育の重要性

地域の方々の介護に対する理解や、サービスの利用方法など理解と協力を求められる環境作りが必要です。