

ケアポート板橋 特養5階

症 例 概 要 70歳代 要介護4

パーキンソン病 骨粗鬆症 側弯症 認知症 高血圧症 腰椎圧迫骨折

ケアポート板橋 特養5階 (入所 令和6年2月中旬～現在)

強い腰痛がありながらも、在宅サービスを利用しながら何とか一人で生活していたが、ADL低下に伴い継続が困難となり、令和5年11月から老人保健施設へ入所。その後、令和6年2月よりケアポート板橋へ入所となる。

内 容

円背がとても強く、臥床時には常に右側臥位で休むことをご本人は希望。夜間帯に寝付くことができず、「夜、5～6回トイレに起きている。」と、ゆっくり眠れない事に悩んでおられました。また、起き上がる際には痰や唾液が逆流してる感じがあるようで、排痰しようと、苦しそうな様子がありました。

なるべく日中帯に離床して頂こうとするも前傾が強く、入所から約2カ月経過しても状況は変わりません。ご本人より「眠れないから睡眠薬を飲みたい」と希望が聞かれるようになりますが使用は最終手段と考えるため、OT・看護とカンファレンスを開催。まずはリハビリや体操・活動への参加、日中の活動量を増やしていくようにしようと方向性を確認しました。

居室担当者が中心となり、骨盤底筋を鍛える体操や、フロア体操・塗り絵などの活動へ参加を促すことで徐々に離床時間は増えていきましたが、離床時間が増加しても夜間における睡眠状況は変わりませんでした。4月末、夜間頻尿に対する漢方薬（八味地黄丸漢方薬）を開始。すると、「尿が漏れて下着を汚してしまわないか」と、精神的な不安も聞かれたため、吸収量が多いパットへ変更し、様子観察を継続しました。その後も試行錯誤を繰り返し、8月末には、不安軽減目的で粒状菓子(偽薬)を提供し様子を観てみるも対策効果は数日間であり、すぐに1～2時間おきにトイレに起きてしまうという状況。妙案を出せずにおりました。

9月に入り再度ヒアリングを行うと、「ぐっすり眠ってみたい」と切なる希望が聞かれます。チームで検討する中でOTより、クッション等を上手く活用することで、仰臥位での睡眠が実現できるのであれば、不眠解消に繋がるのではないかと提案が出ます。

早速、福祉用具会社とポジショニングの相談を行い、提案頂いた『マーブルクッション』を試してみます。仰臥位での臥床を体験して頂くと、「何年振りかで上向きで寝たの、とっても楽だった。」と満面の笑みを浮かべておられました。OTよりフロア職員へ使用方法をレクチャーし、常にご本人が安定した仰臥位が取れる状況を整備。また仰臥位での臥床が可能になったことで、ストローつきコップでの飲水ができるようになり、痰がらみも軽減していきました。

眠りスキャンデータから熟睡時間の延長が分かり、ご本人はいびきをかくほど深く眠れるようになりました。マーブルクッション導入前の夜間帯トイレに起きる回数は平均5.8回。仰臥位で休めるようになってからは平均2.9回と明らかな改善。また、深く眠れるようになったことで日中の離床時間の延長、車いす上での姿勢も改善され、QOLの向上に大きく繋がれることができまいした。

今回の症例は、チームでご本人の希望に寄り添い、関わり、何度も試行錯誤を繰り返し、薬に頼らずご本人の要望である「ぐっすり眠りたい」を叶えた取り組みとして、大きな成果を上げることができました。この功績はキラキラ介護賞に値すると思え、推薦致します。