

シリーズ・ひびきのケア
Our Care
3 立つ

シリーズ4回目のテーマは「立つ」です。デイサービス響やグループホーム響も利用者は椅子に座るのが基本的な生活スタイル。ですから、トイレに行くにも、お風呂に入るにも、うがいをするにも、椅子から「立つ」という行為が不可欠です。私たちは、その「立つ」という生活行為の中に、「意欲」と「身体機能」を引き出す介護の2つの基本があると考えています。

「立たせる」のではなく「立ち上がる」を介助するのが基本の「き」。

■立ち上がり介助の原点は

普段、「立つ」という行為を意識することはほとんどないと思います。理由は「立つ」という行為自体に目的がないからです。立ち上がってから先の行為、つまりトイレやお風呂に行くといったことが、「立つ」ことの本来の目的となります。立ち上がり介助の原点は、立つ行為の先にある生活への意欲を持ってもらうこと。まずは、お風呂に入りたい、トイレに行きたい、というように、本人にその気になってもらうことが大切です。心を動かす声かけが介助の出発点となります。

■言葉以外のコミュニケーション

認知症の方の場合、「お風呂にいきましょう」といった声かけが、なかなか伝わらないこともあります。そうなるとなんとか説得しようと「お風呂に入ってさっぱりしましょう」など、さらに言葉かけが多くなります。それでお風呂に入ってくれるならいいのですが、むしろその逆でますます混乱してしまう場合もあります。

発話が少なくなった認知症の方には、絵を見てももらったり、身振り手振りのゼスチャーで表現したりと、言葉以外のコミュニケーションが意外に伝わったりするものです。説明するのではなく、興味や関心をもってもらい、本人にその気になってもらうこと。まずは、「意欲」を引き出すことが、「立ち上がり」のケアに不可欠なポイントです。



▲生理的な動きをつくる介助

■引っ張り上げない、引き上げない介助

もう一つのポイントが、残っている身体機能を引き出すということです。「立ち上がり」介助というと、後ろから抱えて引っ張り上げたり、前から抱えて引き上げたりするような介助をイメージしがちです。こうした介助は、介護する方もされる方にも大きな負担がかかります。腰を痛めたり、骨折といった事故につながりかねません。私たちがめざす介助は、あくまで本人の立ち上がる行為を引き出し、補助するだけのもの。その際、重要となるのが、立ちあがる時の人間の生理学的な身体の動きをつくることです。

■生理学的な身体の動きを引き出す

椅子から「立つ」という動きを分析すると、まず、足を膝の位置よりも後ろに引き、上半身を前に屈めてから立ち上がってきます。つまり、深くお辞儀をするような動きが、立つということにつながる不可欠な動きだということがわかります。

普段は無意識にやっているこの生理的な動きを、介助する際に意図的に作り出すことが私たちスタッフの心がけていることです。足腰が弱くなった方や、脳卒中やパーキンソン氏病などの疾病により介助が必要となった方に対して、「立たせる」のではなく、「立ちあがる」意欲と身体機能を引き出す技をさらに磨いていきます。

デイサービス響
アサガオの花が満開



デイサービス響のご利用者様手づくりのアサガオが満開となりました。7月から取り組んできた折り紙でつくるアサガオ。暑い日が続いていますが、壁に飾られた涼しげなアサガオの花に、ほっと一息ついています。

在宅サポートセンター生田では、デイサービスやグループホームで働く看護師を募集しています

デイサービス響 空き情報
(平成23年7月末現在)

	月	火	水	木	金	土	日
6時間以上8時間未満 定員26人	△	○	○	◎	◎	○	休
4時間以上6時間未満 定員4人				○		休	休
入浴	△	△	○	△	△	△	

◎=十分に空きがあります。○=空きがあります。△残りわずかです。空き情報につきましては、△の場合でもご相談ください。

●8月のカレンダー

- 8月01日 ひびき通信8月号発行
- 8月02日 消防設備点検
- 8月15日 グループホーム響ケースカンファレンス
- 8月25日 デイサービス響ケースカンファレンス

※8月の在宅サポートセンター生田のセミナーは夏休みとなります。9月から再開いたします。