

『利用者の安心・安全な暮らしを支える為、職員としてできること』

～継続して取り組み 引き継ぐ支援技術～

厚木精華園 生活 1 課
明戸 美穂 太田 朱音 杉山 悦代
杉浦 理穂 秋山 美奈子

1.はじめに

生活 1 課では、平成 26 年度から介護リフトと口腔ケアについての研究を継続的に行ってきた。この 2 つの研究は、全くテーマが異なるように思われるかも知れないが、どちらも利用者に安心してもらえるよう日々の支援の中で努めていることである。

2.生活 1 課における介護リフトについて

生活 1 課が介護リフトについて取り組み始めたきっかけは、主に 2 つある。1 つは、大柄な利用者への介助はリスクが高く、負担が大きいので、利用者にとって心地よい支援を行いたいと思ったことである。もう 1 つは、職員の腰痛予防の為である。そして、平成 27 年度に 2 機の設置式介護リフトが生活 1 課へ導入された。

写真① 設置式介護リフト



写真①が、生活 1 課に導入された設置式介護リフトである。特に改修工事等は不要で、居室に設置できる。ベッドから車椅子やポータブルトイレへの移乗に使用しており、コードレスリモコンで簡単に上げ下げが出来る。水平移動は手動で、軽く

手で押すだけで上部のレールが簡単に動き、移動ができるようになっている。

写真②



写真③



写真②と写真③は、実際に介護リフトを職員同士で使っている写真である。まず、写真②のように車椅子に乗っている状態から専用のスリングシートで体を包み込み、アーム部分にスリングシートを引っ掛ける。そしてコードレスリモコンを使用し、体を持ち上げる。写真③のようにベッドへの水平移動を手動で行うことで簡単に移乗ができるので

ある。

写真④



写真⑤



写真④と写真⑤は、居室の様子である。写真④が居室、写真⑤が談話室である。実際にリフトを使用している談話室に比べ、居室は狭い造りになっている。

生活 1 課に導入された 2 機の介護リフトは、2 機とも談話室に設置されている。普通の居室では介護ベッドやポータブルトイレがあることや、居室の狭さの問題から導入が難しく談話室への導入となった。その時、各寮でリフトを使いたい利用者は談話室で生活していたので導入できたが、環境に制限があるため、他に使用したい利用者がいても難しいのが現状である。

以前、移動式リフトを検討したことがあり、地域生活支援課から使用していない移動式リフトを借り、実際に業者から説明を受け使用を検討した。しかし、二人部屋では介護ベッドを使用している

ので、スペースを確保できず、導入には至らなかった。

3.生活 1 課の現状

現在生活 1 課は、アルコ寮とプラド寮の 2 寮体制で、6/1 現在、利用者は、短期利用者を含め 38 名である。平均年齢は 68 歳で、80 歳以上は 5 名おり、最高齢は 88 歳である。その中で、車椅子を常時使用している利用者は、21 名いる。その方々を職員 26 名で支援する中で、介護リフトを活用している。

日々の業務を行う中、大柄な利用者のトイレやベッドへ移乗する際にリフトを使用したことで、利用者本人も職員も快適に移乗が出来るようになった。しかし、各寮 19 名の利用者を職員 2 名で見守りを行う中、リフトを使用すると長い時間一人の職員がリフトへの対応を行い付きっきりとなる。その時間は、利用者と一緒に話をする時間ではあるが、リフト対応に入るタイミングの配慮を行い、職員同士で連携を取りつつ、寮内の状況を確認してリフト対応を行っている。

また、リフトを使用している利用者は、立位を取る意志のある時もあり、本人の気持ちを尊重することと機能維持のために 2 人対応で抱えるように移乗を行うなど、その時の利用者の状態によって使い方を変えている。その日の利用者の体調や状態を見極めつつ、毎日の支援でリフトを活用している。

利用者にとって心地よい支援を行うため、職員の腰痛予防のために介護リフトを導入したが、現在は利用者の高齢化により立位を取ることが難しい利用者や、立位が不安定な利用者が増えてきている。他にも、骨が脆くなり少しの力が加わると骨折してしまうリスクが高くなり、職員の 2 人介助を必要とする利用者が増えている現状があるが、2 人介助には限界があるのではないかな等の意見が職員から出てきている。これらの実情を受けて、最近は介護リフト使用の利用者や目的が変化してきている。

4.導入 4 年目の取り組み

介護リフト導入 4 年目となり、リフトを使用することも日常化してきている中で、様々な課題が浮き

彫りになってきた。

まずはハード面については、設置式ではなく移動式のリフトの使用や、現在リフトを使用している利用者以外にも使用出来ないかを検討しているが、ほとんどの方が介護ベッドを使用しており、居室の狭さから導入が厳しいことが課題となっている。

また、今回、リフトインストラクターの資格取得を目指していたが、初回の開催は定員が超えてしまい参加出来ず、その後は主催者側の開催場所等の問題で関東圏での開催が行えず参加することが出来なかった。現在生活 1 課には、リフトインストラクターの資格を所有している職員が 1 名居り、毎月の会議では介護リフトの正しい使い方をリフトインストラクター中心に確認を行い、その都度、自己流になりかけているリフトの使い方を再認識し、正しい使い方を確認している。更に異動職員は、初めにリフトインストラクターからレクチャーを受け、何度か課内の職員同士でリフトの練習を実施する。その後、リフトインストラクターに使い方の確認をしてもらい、合格したら利用者への対応を行うという手順で実施している。

今後も安心、安全にリフトを使用していく上でもリフトインストラクターはとても重要な役割であると感じている。異動者等がいても課に必ず資格取得者が 1 名以上は在籍しているように、今後はこのリフトインストラクター資格取得を園全体の取り組みとしてほしい。

5. 生活 1 課における口腔ケアについて

前述の通り、生活 1 課では、介護リフト同様平成 26 年度から、口腔ケアについても研究を行ってきた。その研究の一環として、平成 27 年に課内で 2 名の職員が「口腔ケア推進士」の資格を取得している。そして、現在までに計 4 名が同資格を取得して、利用者の口腔内の衛生状態向上に努めている。

口腔ケアについて研究するきっかけとなったのは、数年前生活 1 課内で利用者の身に立て続けにおきた、誤嚥性肺炎であった。高齢者の死因の第 3 位は肺炎であり、高齢になるほど肺炎の比率は高くなっており、その内の 60～80%は誤嚥性肺炎であると言われている。口腔ケアは、その誤嚥性肺炎を予防する上で、とても大切な役割を担っ

ている。

写真⑥



写真⑦



写真⑥と写真⑦が、実際に利用者に対し口腔ケアを行っている様子である。写真⑥は歯ブラシを、写真⑦は歯間ブラシを使用している。

6. 「口腔ケア推進士」資格取得の推奨

生活 1 課では、平成 26 年度からこの研究に取り組んでいる。口腔ケア推進士とは、口腔ケアの重要性を認識し、介護と口腔ケアの知識と技術を駆使して、利用者の QOL 向上の為に活用し、支援する人を指します。私たちが支援している利用者は、自分で自分の健康や安全を守ることが難しい方が多く、支援員が積極的に働きかけ利用者の口腔内の清潔を保つことが必要になります。口腔ケア推進士は、利用者の口腔内の異変に気づき、歯科につなげることで、また、歯科医師や歯科衛生士からアドバイスを受けた事を、支援に還元

する事を重要な役割としています。

7.口腔ケアの必要性について

そもそも口腔ケアとは、口腔の衛生管理により、口腔のもつ働きを健全に維持し、口腔の疾病を予防することを指すものである。狭義的意味では、口腔内の清掃、広義的意味では、疾病予防、健康増進、リハビリテーションを指し、誤嚥性肺炎の予防や摂食機能の回復も口腔ケアとして捉えることが出来るといえる。

そして、口腔ケアが何故重要なのかと言えば、それは、人間は生きる為には食べることが必要だからである。口腔内が汚れていると、美味しいものでも美味しく感じられなくなってしまい、食べる意欲をなくしてしまうことにも繋がる。そこで、正しい口腔ケアを受けることで、清潔が保たれ、気持ちが明るくなり、最後まで美味しく自分の口で食べることができる期間が長くなる。また、口腔疾患やそれに伴う全身疾患の予防(例えば誤嚥性肺炎)、進行の抑制効果、咀嚼や嚥下の機能維持、回復といった効果も期待される。つまり、口腔ケアにより、美味しく自分の口で食べるという、人間にとって最も大切な行為の機能を維持、回復させることにより、QOLの向上が見込めるのである。

8.介護職としての口腔ケア

介護職としての口腔ケアには、主に以下のようなものがある。

1. 歯ブラシや歯間ブラシによるブラッシング
2. 口腔ケアウェットティによる口腔内清拭
3. 義歯の清掃(義歯を使用している方の場合)
4. うがい

私達は、主にこの4つの方法で口腔ケアを行っている。

9.誤嚥について

誤嚥には、唾液の誤嚥、食物の誤嚥、胃からの逆流物の誤嚥がある。

唾液の誤嚥とは、唾液に含まれた細菌から起こる誤嚥で、嚥下反射の低下により、知らない間に細菌が唾液と共に肺に流れ込むなどして、起こるものである。これは、口腔ケアを行うことにより唾液

中の細菌を除去することで、予防することができる。その為、口腔内、咽頭内のケアが必要となってくる。

食物の誤嚥とは、食べ物が気管に入り起こる誤嚥である。これは、本人の嚥下状態にあった食形態のものを提供することや、ゆっくりと食べることのできるような声掛け、姿勢、本人にあった食器等の活用などで予防を行っていく。

胃からの逆流物の誤嚥とは、嘔吐などによる胃液が食道を逆流して起こる誤嚥である。これは、食後すぐに横にならない・させないといった、食後の姿勢に配慮をすることで予防に繋がる。

利用者の中には、胃瘻の方などもおり、食事ではなく栄養を直接注入・滴下している方もいる。口から直接物を食べたり飲んだりしていないと、口の中は汚れないと誤解されがちであるが、食事をしていなくとも、粘膜の老廃物や、痰などの汚れはたまっていく。その為、唾液中の細菌を除去していくことが、誤嚥、即ち誤嚥性肺炎の予防に繋がっていくのである。

10.口腔ケアの準備

口腔ケアは、以下の様な準備段階を踏んで実施する。

1. まず、目線をあわせ、本人の顔色に変わりがないか、下脛や顎下に異常がないか確認する。
2. 次に、口の匂いが普段と比べてどうか、きつくないかを、相手に配慮しながら、さりげなく確認する。
3. そして、呼吸や脈の変化を 喘鳴がないか、苦しそうな呼吸、大きく息が吸えないなどがないかを確認する。
4. ケアの姿勢は、原則お互いが楽な体勢で行う。利用者の状態に合わせて、椅子に座る等の適切な姿勢で行う。
5. 最後に、軽く口を開いてもらい、唇が切れないよう配慮しながら、できものがあるかなど、口腔内の状態を確認する。
6. 義歯のある人については、義歯を外す。

以上を終えたら口腔ケアを開始してしていく。ただし、これらは順序通り行わなければならないのではなく、これらのことを意識して、口腔ケア実施前に、着目していくということである。

他にも口腔内に、出来物や状態の変化等が見

られた際は、歯科衛生士や歯科医師等に繋げていく。利用者と、歯科医師との橋渡しも、私達に求められている大切な役割の 1 つなのである。

11. 口腔ケアを嫌がる方へのアプローチ

利用者の中には、口腔ケアを嫌がる方もいる。その様な人が開口拒否をする主な理由としては、以下のようなものがあります。

「言っている内容を理解できない」

「何をされるか不安」

「苦痛(過去に痛かった経験がある)」

「痛いイメージがある」

「口を開けるのが恥ずかしい」

上記のような理由で、口腔ケアを嫌がる利用者に対しては、まず、利用者との信頼関係を築くことが重要となる。口腔ケアに限らず、日常支援は利用者との信頼関係が基本にあることを学び、その上で対応をすることが大切である。

また、マッサージ等のスキンシップも方法の 1 つである。優しく話しかけながら、頬や唇のマッサージ等のスキンシップを図ることで、口が開きやすくなる。

そして、常に安心できるよう優しく声掛けをしながらおこなう事も大切だ。無理にこじ開ける等すると、痛かったり不快だったり、嫌な記憶として残ってしまう。正しく行えば口腔ケアは気持ちのいいものだという事を、利用者に理解してもらおう事が大切なのである。

12. 新たに取り入れていること

生活 1 課では、起床後や朝食前に口腔ケアウエッジティを利用して、口腔内の清潔を保つこと、食事後の口腔ケアを重点的に行うことを実践してきた。昨年度からは、定期的にブラッシング指導を実施してくれる歯科衛生士の方にも助言を貰いながら、歯間ブラシやヘッド部分の小さい歯ブラシ等を使用し、1 人 1 人の利用者に合わせた口腔ケアを実施している。

写真⑧



写真⑧が、実際に歯間ブラシを使用して口腔ケアを行っている様子である。この写真の利用者は自立の方だが、歯磨きの際は洗面所で椅子に座ってもらい、歯ブラシで上下の歯を丁寧に磨いた後、歯間ブラシで全ての歯の間の食物残渣を取り除いていく。食後の時間は、トイレ介助等もありとても忙しい時間帯だが、その中でも 1 人 1 人に対し、丁寧な口腔ケアを実施するよう心掛けている。

13. 今後の取り組みについて

今後の取り組みとしては、まず、会議などの場を利用し、職員間で口腔ケアについて確認し合う機会を設ける事が必要であると考えている。職員間で、口腔ケアの必要性や正しいやり方等を再確認し、利用者の口腔内の衛生状態の向上・維持に努めていきたい。

そして、どうすれば日々の業務の中で確実に口腔ケアの時間を確保していけるのか、どのようにすれば安全にケアを行っていけるのか等を話し合う事によって、正しい口腔ケアを継続していく事に繋がると考える。私達生活 1 課では、今後も口腔ケアについての研究を続けていきたい。

14. まとめにかえて

今回は介護リフト・口腔ケアについての研究を行ってきたが、私達生活 1 課は安心・安全・で寄り添う心を持ちながら、利用者や職員にとっても心地よい支援とは何かを考えていきたい。介護リフト・口腔ケアの介護技術は今後も継続して高めていき、日々の支援に繋げていきたいと思う。