

『ころも体も元気に過ごす』

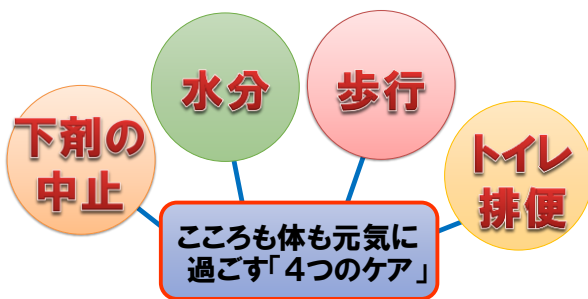
《入院しない身体づくり》

介護力向上委員会の実践から

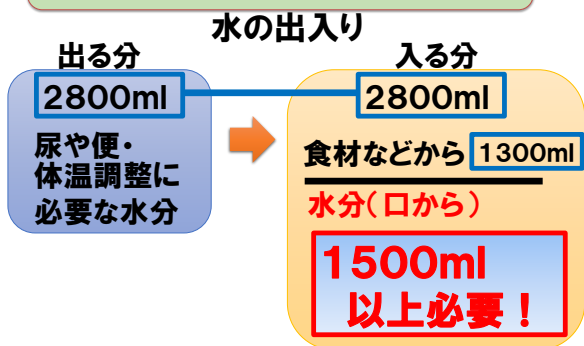
社会福祉法人 芦別慈恵園  
くらし事業部 かざぐるま  
リーダー  
佐藤勝利

介護力向上委員会の取り組み

目標:入院しない身体づくり



口から1500ml以上飲む理由



なぜ歩行？

- ・いろいろな所に行くことができる
- ・車椅子では、不便でも歩く事で可能に  
⇒生活や行動が広がリストレスの軽減
- ・全身運動による代謝の活性化  
⇒浮腫みの軽減  
⇒便秘の改善  
⇒夜間の良眠

追加排便薬の中止

介護者の思い  
薬使用での痛みが出ない様に…  
出来る限り自然排便  
追加排便薬減少提案

看護師の思い  
身体に負担掛けないように使用したい…



追加排便薬使用間隔をあける

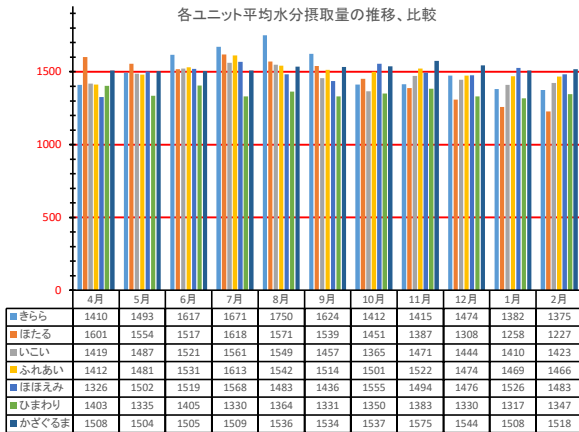
トイレで排便  
すっきり出る姿勢とは

- ・正しい姿勢で座る事は、腹圧が掛けやすい
- ・排便にとって理想の姿勢
- ・定時排便

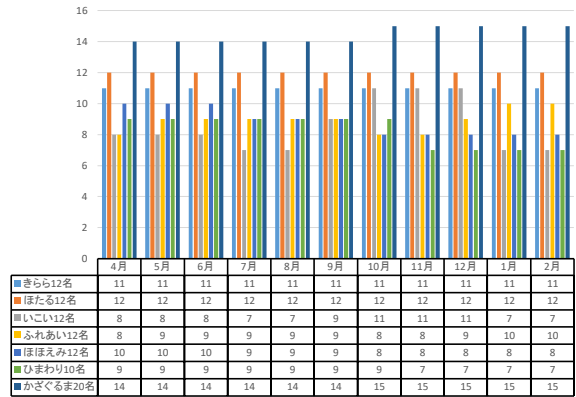


和式トイレを思い出してください  
⇒理想の角度は90度以下

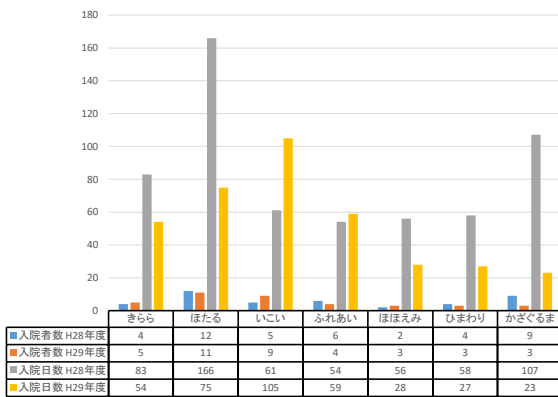
各ユニット平均水分摂取量の推移、比較



各ユニット紙おむつ、紙パンツ使用者数



H28,29年度入院者、入院日数の比較



### 4つのケアの実践

#### 1.水分摂取量増量へ

- ①コップの大きさを変え1回の水分提供量の変更200⇒250mlへ
- ②飲み物の種類を増やす
- ③入力漏れの確認

#### 2.運動(歩行)

- ①歩行出来そうなお客様のピックアップ
- ②歩行の継続
- ③座位やベッド上でもできる体操の実施

### 4つのケアの実践

#### 3.追加排便薬の減量

- ①減量出来そうなお客様のピックアップ
- ②腸内環境を整える
- ③体操の実施

#### 4.トイレでの排便

- ①時間を決めトイレ誘導
- ②トイレ排便の習慣化

### 4つのケアの実践結果

#### 1.水分摂取量増量へ

- ①職員個々で1度に飲んで頂く量にばらつきあり
- ②自分の思いが強い方へは増量出来なかった
- ③入力漏れ、正しい数値が入力されていない
- ④全体的に増量は出来てきたが毎月の継続が出来なかった

#### 2.運動(歩行)

- ①、②介護技術委員会と連携し歩行開始、継続
- ③数人ですが座ったままで上体をひねる、前傾姿勢になり腹圧をかける、ベッド上での寝返り運動を行いました。

### 4つのケアの実践結果

#### 3.追加排便薬の減量

- ①6～7名減量できた。
- ②水分増量、乳酸菌、オリゴ糖等を使用し追加排便薬を減量
- ③座ったままやベッド上での運動実施も減量には至らず

#### 4.トイレでの排便

- ①トイレ誘導実施のお客様で行えなかった事も見られた
- ②トイレ排便の習慣化出来なかったユニットも有った

### 4つのケアを実践する事により

- ・入院者、日数は前年度より減
- ・脱水や尿路感染での入院者の減少
- ・かざぐるまでは8ヶ月入院は0人。

#### H29年度の目標

『入院しない身体づくり』達成

### 課題と取り組み

#### 1.骨折の防止

⇒移行介助等の動画撮影による確認

#### 2.インフルエンザの防止

⇒福祉施設で働く者としての意識付け  
マスク、手洗い、うがい等予防の徹底。

#### 3.4つのケアの達成、継続するために

⇒介護、看護職員、相談員等職種関係なく  
取り組む

### リーダーとしての覚悟

- 1.リーダーとして経験して自信を持つ
- 2.理論を自分が率先して行う事で確かめ  
になりスタッフにも伝えることができる
- 3.お客様にとって良い結果が出ることで  
スタッフも共感することができる
- 4.積み重ねる事で当たり前のケアになる
- 5.リーダーとしてぶれない
- 6.時には言い切る強さが必要

### 最後に

水分1500ml以上摂取・歩行・運動  
トイレでの排泄・下剤中止はあくまでも  
手段であり

### 目的は

**お客様の生活の質の  
向上、笑顔の為**

ご清聴ありがとうございました