

生協10の基本ケアニュース vol.5

ご利用様が自分らしい暮らしを最期まで続けることができるよう、日常生活行為そのものをリハビリと捉えた自立支援を行っています。個々のケースに応じて「この利用者にとっての自立支援はどう考えるか」を日々話し合い、その方の想いに添った目標、それを実現するためのケアのあり方を「生協10の基本ケア」を通して共通理解を持つことで、統一したケアを実践しています。これまでの、取り組みを通して、ご家族様から頂いた声を紹介합니다。

STEP 1 食生活の改善

まずは適切な食事時間と摂取量で体調の改善から始めました。

朝食の準備ができるまで、少し体を動かしましょうか



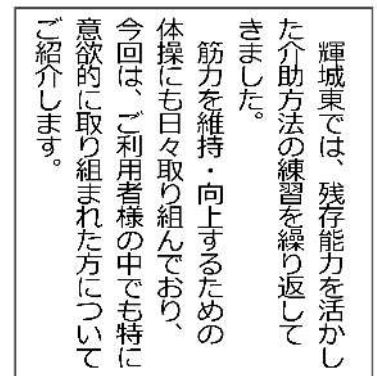
開始当初は食生活の改善が必要な状況で、毎日のインシュリン注射が欠かせませんでした。

入浴は、浴槽からの立ち上がりが困難なためシャワー浴でした。安全に入浴していくには、脚の筋力をつけ、身体のバランスを保てるようにすることが課題でした。



輝城東では、残存能力を活かした介助方法の練習を繰り返してきました。

筋力を維持・向上するための体操にも日々取り組んでおり、今回は、ご利用者様の中でも特に意欲的に取り組まれた方についてご紹介します。



職員で話し合いで下肢筋力を強化するリハビリメニューを考え、テーブルや手すりにつかまり、立つように腰を浮かしたり座ったりの動きを繰り返す体操をスタートしました。



STEP 2 下肢筋力の改善

次の目標は、脚の筋力をつけることです。

まずは脚の長さに合わせて椅子の高さを調整しました。足の裏に圧がかかることで、立ちあがりの準備姿勢が取れるだけでなく、脳がしっかりと目覚め、日常の生活動作を維持する様々な効果があります。



食生活習慣の改善で血糖値が下がり、インシュリン注射から内服薬治療に変更することができました。

また体調の回復から、気持ちの変化が見られ、何事にも意欲的に取り組まれるようになりました。

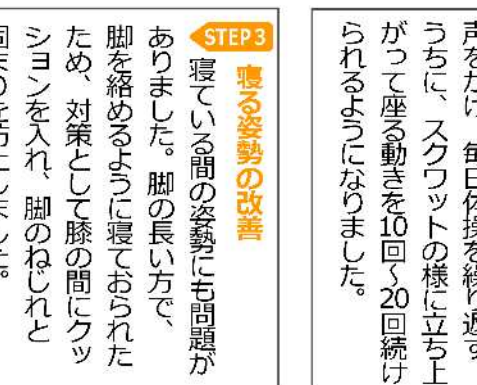


脚の筋力がついたことで、暫くの間、立った姿勢を維持することができるようになり、車椅子から椅子へも少しの力で安全に移ることができるようになりました。今ではご自身の力だけで移られることもあり、入浴は湯船にも浸かれるようになりました。新たな「杖で2歩歩く」という目標をもって、日々頑張っておられます。



STEP 3 寝る姿勢の改善

寝ている間の姿勢にも問題がありました。脚の長い方で、脚を絡めるように寝ておられたため、対策として膝の間にクッションを入れ、脚のねじれと固まりを防止しました。



脚を交差したり、姿勢の悪い座り方になっているときは、その都度声をかけ、毎日体操を繰り返すうちに、スクワットの様に立ち上がって座る動きを10回〜20回続けられるようになりました。



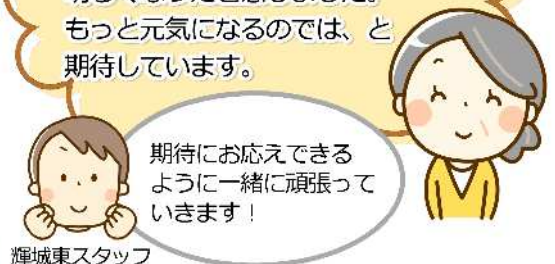
その他にもたくさんの声を頂いています！

- ・とやま生協福祉施設では生活リハビリとして、車椅子のご利用者様は、毎回椅子に座り替えていただきます。そのご利用者様にスタッフが『とても笑顔が増えて、よく食べられるようになりましたね。』とお伝えすると『輝くろべさんのお陰です。とても助かっています。』と仰っていただきました。
- ・入院中に著しくADLが低下してしまったので、もう自宅に帰ってくることは難しいのではないかと覚悟していましたが、輝くろべを利用して暫くの間で日常生活動作が以前の状態に戻って、とても嬉しい。職員の皆さんが熱心に関わってくれたことが良く分かり、ありがたく思っています。

ご家族様より

自宅に知り合いが訪ねて来たときに本人がとても嬉しそうで、表情も明るくなったと感じました。もっと元気になるのでは、と期待しています。

期待にお応えできるように一緒に頑張っていきます！



輝城東スタッフ