

## ～脊損者の入浴動作自立に向けた取り組み～

### 残存機能を活かした座位姿勢

北海道労災特別介護施設

○金澤 孝弘 渋谷 絵里香

川口 直美 阿部 弘美

坂 政樹 俵谷 則臣

Key word：長座位、入浴台、自立

#### I はじめに

当施設は、旧炭鉱による鉄道の要所として栄えた街で、周辺市町村にも炭鉱跡地が多数見られたことから、開設当初は多数のじん肺症の入居が想定されていたが、近年は脊損・頸損による入居者が9割を占めてきている。こうした中施設の生活環境も入居者にとっては十分、整っているとはいえない状況になってきている。特に介助浴室は脊損の入居者にとっては入浴方法が限られ、シャワーチェアに座っての入浴か、床に直接座るという方法に限られていた。その結果、ADLが確立されていたとしても、座位が不安定な入居者は全介助で機械浴に入らざるを得なかった。また、浴室床への移動介助（職員2名による移動）は、入居者・職員共に身体的な負担が大きく、危険が伴う状況であった。このように入浴環境に関しては、全介助・半介助という介護状況を作り出し、入居者にとってADL・QOLの低下を招く要因にもなっていた。

このたび介護士業務委員の入浴班「ふろっこ」グループにおいて、これらの問題点に着目し、入居者の生活動作の分析や、他施設の見学などを行い、脊損者の自立に向けた安全な入浴動作を追求した。検討の結果、脊損者にとって入浴時に必要な座位姿勢として「長座位」をとることで、両手の自由が利き、また安定した座位姿勢になるという結論に達した。

今回新たに設置した入浴台で、機械浴で全介助だった入居者が、長座位姿勢を保持し、自力での入浴が可能となった。また、残存機能を活かした入浴動作の支援から、自立した結果を報告します。



シャワーチェアでの入浴



床にマットを敷き座位入浴

## II 目的

- ・ 入居者個々の残存機能を活かした入浴動作の自立と支援
- ・ 入浴時の車椅子移動動作における、入居者及び介護者の身体的負担の軽減

## III 方法

### ・ 経過

1. 入浴動作の分析
2. 他施設見学：せき損センターの浴室見学（入浴台、プラットホーム）
3. 入浴座位姿勢の検証
4. 入浴台作成と評価

[倫理的配慮：対象入居者には事例報告の主旨を口頭にて説明し同意を得た。]

#### IV 結果

介助浴を利用している入居者はシャワーチェアに座り入浴している。しかし、直接床に座る方法では長座位の為、座位を保持することが難しく、既存の手摺だけでは不十分である。今回、居室浴で長座位により自力で入浴している脊損入居者M氏の入浴動作を分析。

##### ・M氏の入浴動作

居室浴では、脊損者が自力で入浴する際、設備が不十分な為（図1）高さ、材質などを考慮し、イレクターパイプを使用した簡易的な入浴台を使用している。

（図2）

現状の浴室では安全な長座位を保持するには不十分で、不安定な姿勢で入浴していることが分かった。特に背もたれがない点と、適正な位置に手摺が設置されていないことが問題点であった。



（図1）一般的な居室浴



（図2）簡易入浴台

M氏の意見：『居室の入浴で台に移動後、臀部にクッションを敷き、足は伸ばした状態（長座位）である。身体を洗う時は手すりに掴まり、両手を使う時は壁によしかかって洗っている。ここの手すりは高い位置だし、背もたれがないので不安定だ。居室での入浴には大変苦勞している。入浴前の下準備、入浴後の更衣を含めると半日仕事である。介助浴室に使いやすい入浴台があればぜひ使わせてもらいたい。』

次に他施設を見学した際、入浴動作について参考となる例があった。美唄のせき損センターには大きな入浴台（図 3）が設置されており、台の上にウレタンマットを敷き、車椅子から直接移動して使用している。基本的に自立を目標としている為、自力移乗の可能な者が対象で、職員は見守り程度。また壁を背もたれとし、長座位となって自力で身体を洗っている。

また排泄においても入浴台同様、「プラットフォーム」（図 4）と呼ばれるウォシュレットトイレの周囲にウレタンマットを敷いた専用台スペースを用いて長座位による自力排泄を試みている。車椅子からの移動も高さを考慮して作られており、自力で移動でき便座まではプッシュアップにて移動。広いスペース、手摺により自力での着脱も可能で、背もたれ付きで安定性も図られており、長時間の座位も可能となっている。



(図 3) せき損センター入浴台

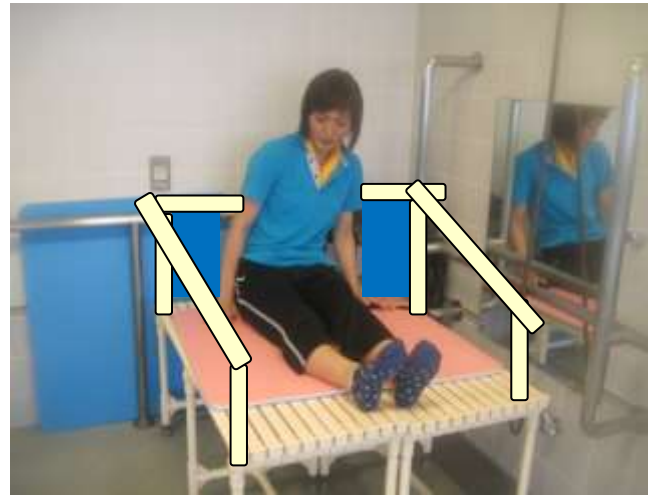
(図 4) せき損センタープラットフォーム

実際に介助浴室内に居室内で使用している入浴の台を仮設置し、座位保持に必要なポイントを検証した。(図 5)

脊損者は適正な位置の手摺と安定した背もたれの設置により、長座位姿勢の体位を安定させ、体幹バランスも取り易くなる。さらに入浴動作を考慮した台のスペースにより自力で移動、また洗身動作が可能となる。万が一バランスが崩れた時は、背もたれ両サイドに肩受けを取り付けることで、転倒などの危険を防止する事ができる。さらに背もたれと座面部にはウレタンマットを取り付けることで、身体への負担も軽減される。(図 6) また、現行のシャワーチェアに足置き台を取り付ける事で、同様の長座位姿勢が可能なる事が解った。(図 7)



(図 5) 入浴座位姿勢の検証



(図 6) 背もたれ・手摺取り付け予想図

検証の結果、上記の点を踏まえ、介助浴室へ入浴台を設置した。(図 8) 居室で入浴していた M 氏は、居室で不安と危険を感じながら一人で入浴していたが、新しい台の設置により、安心して入浴することが出来るようになった。また背もたれを設置したことで、両手が自由に使えるようになり、快適になったと話す。居室の入浴では時間を要していたが、短時間で入浴できるようになったと満足している。床に座って入浴をしていた入居者も同様に安全な入浴が可能となり、自力での洗身動作も拡大した。



(図 7) 長座位型シャワーチェアの完成



(図 8) 入浴台の完成

## ・入浴台を使用した4事例の紹介

### 事例1 <移乗動作・更衣動作自力にも関わらず、機械浴全介助>

O氏 63歳男性 c6.7 頸損

入浴方法が機械浴より介助浴入浴台へ移行。洗身動作は全介助だったが、長座位姿勢の確保により自力洗身可能となる。入浴台への移乗動作もほぼ自力で可能となった。一連の入浴動作が確立され介護業務量は減少した。

### 事例2 <不安・負担・リスクのある居室浴>

M氏 78歳男性 T11 脊損

入浴方法が居室浴より介助浴入浴台へ移行。居室浴では座位保持が不安定だったが、入浴台では長座位姿勢の確保により、洗身動作がスムーズに行えるようになった。移乗動作は居室浴の入り口に段差と隙間があり時間を要していたが、入浴台では安全、スムーズに行えるようになった。介護業務量の変化は無いが、背もたれがあることで、両手の自由が効き安心して入浴する事が可能となった。

### 事例3 <入浴時の車椅子移動動作による高低差リスクと負担①>

I氏 83歳男性 L1 脊損

入浴方法が介助浴の床より入浴台へ移行。床での洗身動作は不安定だったが、入浴台では両サイドの手摺を使用する事で、洗身動作は安定し、洗身範囲も拡大された。移乗動作は車椅子から床への移動だったが、入浴台により平行移動が可能となった。移動動作の高低差リスクが解消され介護業務量は軽減、身体的負担も軽減された。

### 事例4 <入浴時の車椅子移動動作による高低差リスクと負担②>

T氏 59歳男性 C7 頸損

入浴方法が介助浴の床より長座位型シャワーチェアへ移行。洗身動作は座位のバランスが不安定だったが、座位は安定し洗身範囲は拡大された。移乗動作は床への移動だったが、移動用器具によるシャワーチェアへの移動となった。介護業務量は移動用具使用により介護者の身体的負担が軽減された。

## V 考察

脊損者の大きな身体機能の障害は「体幹機能障害」(上下肢の麻痺、腹筋・背筋の効かない状態)である。また、股関節周囲の麻痺もある為、重心位置が骨盤支持基底面から外れると容易にバランスを失って倒れてしまう。

そのような中で入浴をはじめ、生活の大部分は介護者の支援、生活環境の工夫が必要不可欠となっている。

今回の入浴台移行への取り組みは、そのような脊損者の自立の大きな一歩を可能にさせた。

### ～長座位の獲得～

脊損者のADL拡大には長座位の獲得が最も重要である。

両足に麻痺がある場合には、足を投げ出して座る、この長座位の獲得が日常生活を送るうえで必要不可欠であり、それを実現させるためには上肢の筋力増強も必要である<sup>1)</sup>。

長座位姿勢をとる事が出来れば両上肢が自由に使え、結果、入浴のみならず排泄・着脱など生活の大部分が自力可能となる。また、通常の座位、端座位とは異なり、座位による臀部一点集中の体圧負担も支持基底面積が広く、体圧が分散できる長座位では褥創などのリスクも低い。

### ～自立への理想の環境(プラットフォーム)～

ある程度の残存機能がある場合、具体的に言えばC6レベル以下の脊損者で手指・腕の曲げ伸ばし、肘のロック動作、プッシュアップなどが出来る場合、自力で入浴動作が行える可能性がある<sup>2)</sup>。

上下肢の麻痺に加え、腹筋・背筋機能に障害がある為、体幹のバランスを取る事が困難であっても、『プラットフォーム』のような環境があれば長座位を安全かつ、長時間保つ事が可能となる。

ある程度のスペースに加え、左右に傾ける適正な位置の手摺、背もたれ、バランスを崩した際の肩受けなどを併設する事で、腕の曲げ伸ばし、肘のロック、プッシュアップで入浴台への自力移動、入浴台上での移動、洗髪、洗身動作時のバランス保持といった一連の入浴動作が安全に出来るのである。

そして、車椅子と同等の高さにする事で、普段から自力移乗できるO, M氏は、入浴台への移乗も自力で行えるようになった。また、それまで車椅子から床、床から車椅子といった高低差のある抱え移動を強いられていたI, T氏の移乗も、平行移動が可能となった。それ

により、介護者の身体的負担の軽減と高低差による移動リスクも同時に解消され、介護業務量の軽減にも繋がった。

### ～脊損者の自立～

今回の入浴台および長座位型シャワーチェア使用の4事例においても、いずれの入居者も腕の曲げ伸ばし、肘のロック、プッシュアップは可能な為、入浴動作の拡大に繋がると考える。

環境支援・残存機能への着目は、今回の入浴以外にも自立への可能性を秘めており、自立出来た事による本人の生活への意欲向上、ADLの拡大に留まらずQOLの拡大にも繋がると考える。

## VI おわりに

今回の研究を通じて私達介護者は、入居者の残存機能に着目し、環境を整え自立へのアプローチをしていく事が、その人らしい生活を送る上で大切な支援だと改めて実感した。

その為には生活の中でその人の残存機能を正確に把握する事、ひとつでも多く自分で出来る事を見出し支援する。どんなに小さな行為であっても「自分で出来る」という喜びを感じてもらい、自己肯定感・自己効力感を高める事が本人の意欲にも繋がり、「自立」への一歩となると再認識出来た。

今後は入居者個々の残存機能を正確に見極め、機械浴から介助浴への移行、入浴以外でも更なる環境整備を行い入居者にとって生き生きと笑顔溢れる施設生活となる様取り組んでいきたいと考える。

### [引用電子文献]

- 1) 交通事故による脊髄損傷サポートセンター  
～脊髄損傷に関するお役立ちコンテンツ(回復期のリハビリテーション)  
アクセス平成 26 年 5 月 10 日  
<http://脊髄損傷.net/archives/category/useful>
- 2) 国立障害者リハビリテーションセンター自立支援局



～別府重度障害者センター《VI排泄、VII入浴》

アクセス平成 26 年 5 月 14 日

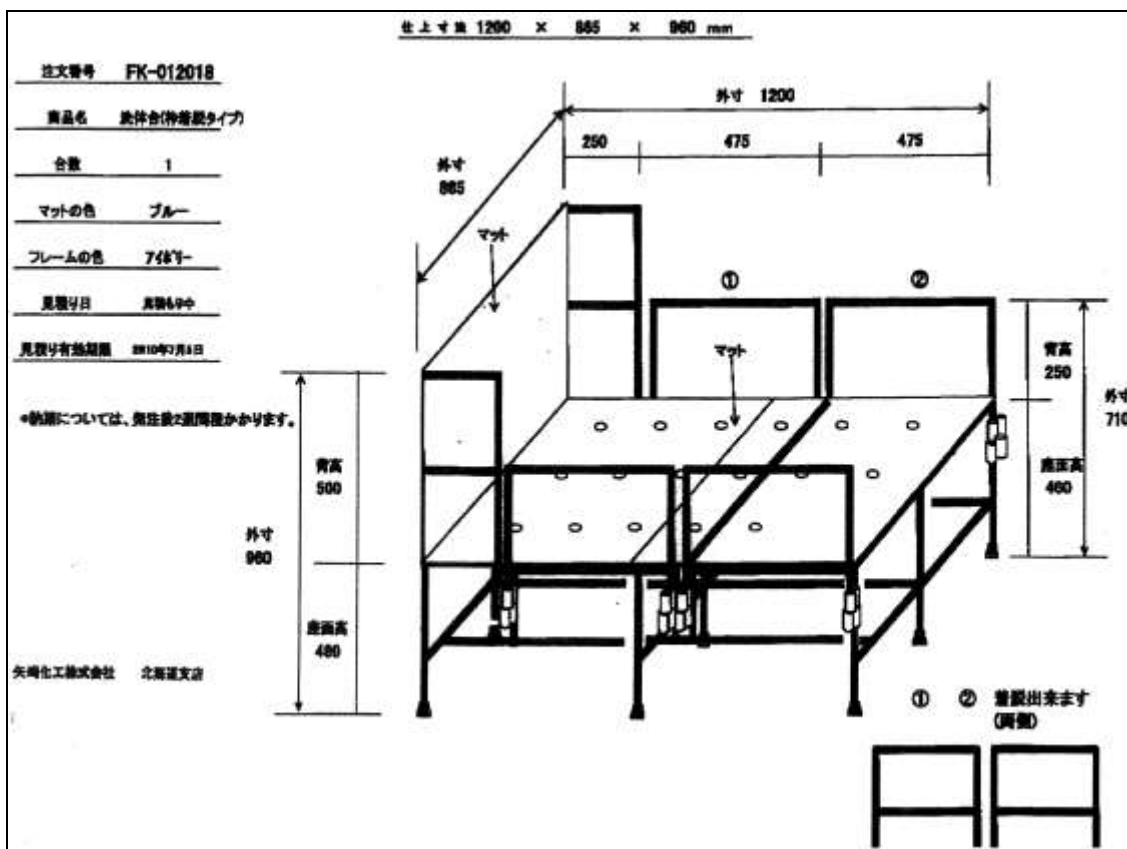
<http://www.rehab.go.jp/beppu/home>

[参考文献]

- 1) 鎌田ケイ子：高齢者ケア論 P24、40、42、73、2006
- 2) ヒポ・サイエンス出版：寝かせきりにしない！「坐り」ケアの実践  
P20、84～86、2013
- 3) 小谷直道：精いっぱい「自立」、さりげない「支援」、中央法規、2006
- 4) 田中恵美子：障害者の「自立生活」と生活の資源、生活書院、2009

貼付資料①・入浴台設計図

メーカー：矢崎工業



添付資料②・長座位型シャワーチェア一用足置き台設計図

メーカー：矢崎工業

