

A 課題の整理 援助者が感じている課題

事例にあげた課題に対して、あなた自身が困っていること、負担に感じていること等を具体的に書いてください。

- ・ 痛みに関して医療的に現時点からの改善は難しく、これからも痛みを訴えたとしても介護スタッフは本人に対して痛みを取り除くことが出来ない。本人の気分を変える方法が見つからない。その為、周囲の他利用者に対するストレス解消へのケアが行き詰まる。

【質問】

本人に痛みがある時、本人はどんな気持ち、どんな気分なのでしょうか？

【回答】

激痛ではないが、常時ある痛みや重苦感を改善、または軽減してほしい。
 手持ち無沙汰になると症状が気になり、口癖のように言う。
 活動意欲がわからない。興味関心を持てるものがない。集中できない。
 自分に注目してほしい。

【質問】

あなたは本人の「痛み」を取り除く方法として、医療的な側面以外について考えてみたことは何かありませんか？

【回答】

テレビを見ながら足踏み運動。他者と一緒に時間を決めて立ち上がり運動。(筋肉の緊張を和らげるため)
 買い物の荷物運び。牛乳パック切り。大根おろし等の簡単な調理など。(気分転換・関わりを多くするため)
 足浴とマッサージの実施。低反発クッション使用。

【質問】

あなたは「本人の気分を変える。」とは、具体的に本人にどのような気分になってほしいと考えていますか？
 また、そのことでどんなことが期待できそうですか？

【回答】

何かに集中している時はそれに対して一生懸命になり、意識が痛みにかかない。1日中痛みのことを考えないのは無理があるが、出来るだけ意識を痛みから離してあげたい。そのことにより、周囲との摩擦が減ったり、本人が苦痛を感じることも少なくなるのではと考える。また、興味や集中できることを見つけることで痛みへの気をそらすことが出来、本人の生活も役割が見つかったり、生き甲斐が見つかったり等QOLの向上に繋がる。

【質問】

他の利用者のストレス解消へのケアが行き詰まるとは、具体的に他の利用者へ関わる時間が少なくな

るからなのですか？それとももっと別の事柄ですか？

【回答】

本人の病気（椎間板ヘルニア）のために痛みがあることや、受診をしていることなどを説明し、その場では納得していても忘れてしまったり、頻回に「痛い。つらい。」と、最初は納得できてもそれができなくなってしまっている。場所を変えてみても一時的なことであり、他利用者にしてみれば声を聞くたびに「またか・・・」という気持ちに変わりはない。そのため怒りの感情が表に出てしまうことも多々あり、本人が訴えを続ける限り、他利用者のストレスはなくなるのではと考えてしまう。

B 課題の整理 援助者が想定する対応・方針

あなたは、この方に「どんな姿」や「状態」になって欲しいのですか。

- ・少しでも痛みが改善され、安楽に過ごしてもらいたい。また、気分転換の方法が見つかることで周囲との摩擦がなくなり、本人が楽しいと思えるような生活を送って欲しい。

そのために、当面どんな取り組みをしたいと考えていますか(考えましたか)。

- ・かかりつけの病院受診 筋弛緩剤、向精神薬処方。その後の経過観察。

【質問】

筋弛緩剤や向精神薬を処方してもらって、その後変化は見られていますか？効果は認められていますか？

【回答】

筋弛緩剤に関しては効果や変化は見られていない。現在も定期薬として継続中。
向精神薬に関しては、夜間帯の中途覚醒後に再入眠するまでの時間が短くなったことから、夜間帯の訴えが減り、他利用者の入眠の妨げにならなくなった。

- ・主治医と今後の方向について話し合う。ホーム内でのアセスメント、モニタリングの継続。

【質問】

主治医から今後について新たな意見や提案はありましたか？

【回答】

腰骨が変形し、足の痛み繋がっているとのことで痛み止めを処方。その後臥床時に腰部下へタオルを入れた姿勢をアドバイスされた。(効果なし)

【質問】

アセスメント、モニタリングでの評価は、どんな評価が出ていますか？またアセスメントやモニタリングで、最も注意、あるいは「気にかけて」いる事柄は何でしょうか？

【回答】

「痛い、しびれる、だるい」「体がつらい」の言葉を頻回に発するが、苦痛表情は見られない。訴える痛みの程度が明確に判断できず、活動をどの程度に行うべきか？場面ごとに検討している。

- ・接骨院の利用を主治医に相談してみる。

【質問】

接骨院の利用はその後どうなっていますか？

【回答】

主治医、家族より接骨院の効果は考えられないとの意見があり、接骨院受診は行わないことになった。
介護スタッフの対応：足の温浴及びマッサージ。入眠時の下肢挙上。
本人の希望を聞き対応（足を擦って欲しい、側にいて欲しい等）。

【質問】

「側にいて欲しい」という本人の希望に対して、具体的にはどんな方法、あるいは形でどの程度の時間を使って側で過ごしているのですか？

【回答】

手を握ることのみでも本人は安心できるようだ。他にもスタッフが本人の横に位置し、他者と会話することでも本人には側にいるという実感があるようだ。そのため、日中はどの程度の時間というよりも常に横にいる状態が多い。「側にいて欲しい」との希望は夜間帯であり、本人が自室にいる状態に聞かれる。対応としては、手を握り、声かけが中心だが、10分ほどで入眠することが多い。他にも体位交換や布団を掛け直したりして、いつも気にかけているということを確認してもらうようにしている。基本的には、本人が納得するまで側にいるが、他利用者への対応もあり、夜間帯は出来ないこともたびたびある。（訴えが多い時にはスタッフが見える場所にいてもらうこともある）

- ・本人に確認し安楽な姿勢をとってもらう。
- ・無理しない程度の歩行運動。
- ・他者からの指摘でストレスが溜まらないよう、座る座席の変更。（本人だけではなく、他者に対しても同様）

【質問】

「他者からの指摘」とは具体的にどんな言葉や態度が見られるのですか？

【回答】

あなたの声で眠れない私たちのことも考えてください。
うるさい。何回言ったらわかるの？
いい加減にきなさいよ。
うるさいって言ってるのよ。困ったねえ。
男のくせに。
打たれないと分からないの。（叩こうとする動作）
*上記、特定の女性入居者4名ほど。
自分がそうになったらどうだろうと思うとね。お互い様なのに・・・。
自分の夫がそんな風に言われたらどうですか？
*きつい言葉を聞いてこのようにフォローする入居者もいる。

【質問】

座る座席の変更をしてみて何か変化はありましたか？

【回答】

スタッフの動きが見える場所へ移動してみたことで幾分改善されました。

- ・本人が痛みを忘れ何かに集中出来るような環境作り

【質問】

本人が痛みを忘れたような様子である時とはどんな場面、あるいはどんな時ですか？あるいは何か本人が集中できそうな事柄はありますか？

【回答】

関心のあるものには、痛みの訴えなどなく黙々と集中して行い続ける。

行事時の寸劇発表など自分がメインとなる場面。

習字。

大根おろしやゴマすり等の簡単な調理。

牛乳パック切り。

茶碗拭きやテーブル拭きなどの簡単な家事。

買い物や荷物持ち。

音楽療法などでの自分が歌を歌っている時。

大好きな食事、おやつの時間。

セラピードッグで大きな犬が来た時。または犬と関わっている時。

- ・本人に適した背もたれクッションや座布団（例：低反発）を使い、体のズレを防ぐ。

C 本人の状態や状況を事実に基づいて確認してみよう

困っている場面で、本人が口にする言葉、表情やしぐさ等を含めた行動や様子等を事実に基づいて書いてください。

- ・「痛い、足が痛いんだ。」「口癖なんだ。」 ソファ上で訴えている時は、足を伸ばしたり曲げたり自分で楽な姿勢をとっている。特に本人がよく発する言葉で、「口癖なんだ。」と、毎回は痛みが無いということも表している。夜間トイレに行った際「ソファで1回休んでから行こう。」と、トイレから帰る際に休むことで足が楽になる。「ソファで休んだら楽だねー。」

【質問】

本人がよく発する言葉で、上記以外に口癖のようになっていると感じられる言葉や仕草、様子は何かありますか？

【回答】

早く寝よう。

ソファに座り背もたれに首をそらせた状態で体は斜めの体勢でソファに座っている。

姿勢を直してもいつの間にか身体をずらしてしまう。

ご飯まだかい。（食べ終えたばかり）それなら部屋で寝よう。

【質問】

「毎回痛みが無いということも表している」という解釈をした場合、では何故本人は「痛みを訴えるのか？」についてどんな事柄が考えられますか？

【回答】

本人はもともと寂しがり屋のため、自分に注目、または関わってもらいたいと思っていると感じられる。

足のしびれ、だるさが常時あり、どうして良いのかわからない。
痛みを問うと「痛いって言うわけではない」苦痛表情はなく淡々としている。

- ・「足のつま先からびーって電気が走るんだ。」 クリアな状態で、しっかりと自分の意見を言える時に聞かれることが多い。

【質問】

本人がクリアな状態の時に他によく聞かれる言葉はありますか？

【回答】

外部者へのあいさつをはじめ、思ったことはしっかり伝えることができる。「部屋に戻ろう。」「ちょっと連れてって。」「この辺が(足)痛いって言うよりしびれたみたいなの・・・」「ご飯まで後 分だよ。間に合うかい。」等。

「僕のこと言ってるのかい？(他利用者から注意されて、しっかりと相手を見て言う)」

- ・「つらい、身体がつらい」 足の痛みと同様に、よく発する言葉で昼夜問わず訴えがあり、何も行動を起こしていない時にも訴えがある(足の痛みも同様)。散歩などの身体を動かす活動を拒否する場合にも聞かれる。散歩中(歩行時)痛みは訴えない。「あーもう！うるさい！！」「俺にかまうな。」自分の訴えに対し「うるさい！静かにして！」など他者から指摘があった場合や、自分が傾眠状態で周囲のことをうるさく感じた時(指摘されても我慢する時もあるが・・・)によく聞かれ、傾眠状態の時は特に静かにしていて欲しいらしく、声かけに「俺にかまうな。」とスタッフを遠ざけることもある。

【質問】

何も行動を起こしていない時にある訴えについて、あなたなりに考えた場合、どんな理由や本人なりの感情や感覚があると思いますか？

【回答】

痛みの訴え同様、誰かに関わってほしいのでは？と感じられる。訴えの後、軽く薄眼を開け、周囲を気にしているような仕草が時折見られる。

常に閉眼している。他入居者との会話が続き、テレビも集中して見ることがないため、手持ち無沙汰。

- ・他利用者から注意をされていながらも「俺のことかい？」と言う。「 さーん、トイレ。」 夜間帯、尿意を感じた時にスタッフを呼ぶが、呼ばれてスタッフが訪室すると「行かない。」と言う時や、狸寝入りしていることもある。また、5分程前にトイレに行ったばかりでも、頻回にトイレの訴えがある時もある。また、誰かに側にいて欲しい時にも同様の訴えが聞かれる時もある。

【質問】

「誰かに側にいて欲しい時にも同様の訴えがある」という理解は、具体的には本人のどんな言葉やあるいは様子、仕草などから認められるのですか？具体的に本人が側にいて欲しいと言うのでしょうか？

【回答】

本人から「側にいて欲しい。」と直接訴えることもある。また、用事がないのに訴える等は、その言葉を言えば誰か来てくれる、とも感じられ、スタッフの名前を呼び訪室すると「何でもないんだ、少し手を握ってもらえるかい。」「 さ～ん。」特定のスタッフを呼ぶことが多い。

- ・「腹減ったー、ご飯～」「ご飯まだかい？」 夜間帯の朝方によく聞かれ、食事直後にも聞かれること

もある。

上記のほとんどの訴えは、昼夜問わず訴え続ける。

D 課題の背景や原因等の整理

本人にとっての行動や言葉の意味を理解するために、別紙の展開図に記入してから、課題の背景や原因として考えられることを書きだしてみましょう。

- ・思考展開シート参照

E 事例に書いた課題を本人の視点に置き換えて考えてみよう

ここで、この事例を本人の立場から、もう一度考えてみましょう。

本人の言葉や様子から、本人が困って（悩んで）いること、求めていることは、どんなことだと思いますか？

- ・痛みを改善して欲しい。（安楽な生活を送らせて欲しい）

【質問】

ここで言う「痛み」とは、身体的な痛みを指しているのでしょうか？あるいは身体的な痛み以外の事柄も含んでいるのでしょうか？

【回答】

身体的な苦しさ。（下肢のだるさ、痺れ、時には痛み、全身的な筋緊張があり体が思うように動かない、言葉のもつれがある、食べることは楽しみだがムセがある）

認知症と身体機能の低下からくる精神的な不安。（年齢の失見当があり、若いころの自分を思っている。病名を聞いても忘れてしまう。）

- ・もっと関わりを持って欲しい。

【質問】

本人が求めている「関わり」というのは「介護・介助」ですか？それとも「会話」ですか？あるいはもっと別なものなのでしょうか？

【回答】

常に自分を見てくれていると思ってもらえるような関わり。

精神面の支援・安楽な姿勢を保てる介助・筋緊張を和らげる運動の支援。

家族との交流支援・他入居者との関係づくり。

- ・声を発することで気持ちを発散。
- ・妹に会いたい。
- ・好きなように生活させて欲しい。
- ・興味があり、集中している時は静かにして欲しい。
- ・食事をしたことを忘れている。

F 課題解決に向けた 新たなアイデア

あなたが、このワークシートを通じて思いついたケアプランなど、新しいアイデアをいくつかでも書き出してみましょう。

- ・兄弟に了解を得て、月1回程度でも電話をさせてもらい、兄弟と話せる機会を設ける、又手紙を書く。

【質問】

本人にとって兄弟という存在はどんな存在なのでしょうか？会いたい人？側にいて欲しい人？本人が気にかけている人？本人はどんなふうに思っているのでしょうか？

【回答】

本人は母親と暮らしてきたが、母の死により当地へ妹を頼ってきた経過があり、時折「妹に電話する。」と言う。内容はお金に関することが多く、妹はこの件に関して不快感を持っている。他の兄弟は地元から離れている。関係は薄い。遠方に住む妹のみ、こちらからのアプローチに反応があり、電話や年賀状が届く程度。

- ・傾眠状態の時は、居間のソファではなく、離れた場所で過ごしてもらおう。(自室でテレビ視聴する等)
- ・スタッフは出来るだけ本人と関わるよう心がけ、他者と会話する時も、本人も間に入れるよう他者とのパイプ役となる。

【質問】

本人は他の利用者の方々のことをどのように理解していると思いますか？(スタッフも含めて)また、「本人と関わる」というのは具体的にはどんな関わりなののでしょうか？回数、時間、趣味、リハビリ、会話、etc・・・本人はどんな風に関係性を持ちたいと考えているのでしょうか？

ご本人の不安や心配、嬉しいこと、楽しいこと、悲しいこと、困っていること、本人が感じている事柄はどんなことなののでしょうか？

【回答】

本人は、他入居者に対して同じ施設に住んでいる人達、スタッフに対しても施設で働いている職員だと認識している。また、身体面では、自分の意志で自由に動くことが出来ないうえに、言葉が少ないことから他入居者とのコミュニケーションが円滑にいかない現状である。

本人に関わるとは、趣味や会話は勿論であるが、総合的に本人を中心とした関わり(より多く身近で過ごし孤立感を持たない)を指している。その時間が増えることで会話も増え、相手の気持ちや考え方がより詳しく分かり、さらには寂しさやストレスを持たずに過ごせるのでは？と考えている。

- ・本人の痛みの観察を継続し、主治医に毎回近況報告。接骨院の利用を確認。
- ・スタッフと妹の交流を更に深め、行事以外にもホームへ誘い、妹がホームに来やすい環境作り。(現在も行っているが、更なる努力が必要)
- ・椅子に座っている時に姿勢がずれないように工夫。クッション、座布団の使用。

(助言者の考察)

本人に対してのスタッフの皆さんの献身的な努力を目の当たりにして、心温まる思いがしました。

本人は身体的な痛みもさることながら、精神的な、あるいは心の叫びといってもいいような声を、少しでもスタッフの皆さんに分かってほしいのだと思います。認知症が深まると、認知症は人間から言葉を少しずつ奪っていきます。適切な、あるいは自分が考えている、感じていることを的確にうまく伝えることを困難にしていきます。だからこそ、言葉ではない、本人の感情や感覚、寂しさや不安、あるいは混乱や統制のとれない考えなどをともに感じ、考え、そして実行するための支えを必要とするのだと思います。

ケアの本質は、感じ、考え、実践する、ことだと思います。そのことの繰り返しの中からしか真のケアは生まれないのだとも思います。そしてそうした皆さんの感情や取り組みは、必ず本人に感じ取ってもらえることができるのだとも思います。皆さんの日々の実践は、必ず本人の心に届いています。