

個別ケアのための業務改善 ～排泄ケアを中心に～ 特別養護老人ホームにしのみや苑

決まった時間に起きて決まった時間に寝る生活。全員が同じ時間にトイレに行く生活。尿意がないのにトイレに行き、トイレに行きたい時に行けない生活。職員がいないから余暇活動の時間を十分には取れず、利用者とのコミュニケーションはテレビ任せ。今までの私たちはそのような生活を自分自身に置き換えてみる余裕もなく、マニュアル通りにしか動けていなかったのかも知れません。

今回私たちが取り組んだのはその人らしい生活を実現するための生活環境の整備と業務改善。ケアプランの在りようと排泄、入浴、食事を中心としたケアの見直しを図りました。

その人らしい生活を実現するために

2010年は私たちにとって変革の年です。年度目標として①家庭的にゆったりとその人に合わせた入浴の仕方と設備の改修②尊厳を守ることをいちばんの前提にオムツと排泄ケアの見直し③プライバシーが守られ、独りでいられる居室空間の検討④フロアでの過ごし方と環境整備。援助員の動き方の検討⑤職員個々のスキルアップを支援する教育システム作り⑥言葉遣いとマナーはコミュニケーションの基本で人権感覚の表れとしてとらえた取り組み⑦安定した経営の7つの柱を掲げました。

私たち業務改善委員は“その人のためのケア、その人らしい生活”個別ケア“を実現するための取り組みを始めました。

個別ケアに向けて初めに行ったことはフロア制の導入です。にしのみや苑に入居されている方は平均要介護度4.2。これまでは入居者36人の2F、入居者34人の3F、2つのフロアを職員が行き来し業務を行ってききましたが、それを各フロアで職員を固定することにしました。それにより正確な情報の共有が可能になり、なによりも利用者とのより深い信頼関係を築くことが出来てきたように思います。

フロア制を導入したことで利用者と深く関わり、しっかりと思いを傾聴し、それまでの職員主体の『しているケアプラン』から、利用者主体の『したいケアプラン』に変わってきました。「出来ないこと」ではなく「出来ること」を理解する。利用者お一人おひとりの希望を大切にしたいアセスメントシートの変更も進めています。

※アセスメントシートの説明

「これが実際に使用しているアセスメントシート【私の希望シート】です。今出来ること、出来ないこと、その方の今だけを見るのではなく、過去⇒現在⇒未来へと一体的に繋がっていくケアができるよう、またご本人やご家族の思いや希望をしっかりと受け止めたいという思いから、このご本人の人間像や生活歴が見えるシートを作りました。2枚目のシートはチームとして根拠のある統一したケアができるよう作ったものです。3枚目はその方のお体の状況や生活リズムなどをするためのシートです。」

そして生活の大きな柱である「排泄」「食事」「入浴」からそれぞれ個別ケアに向けた業務の改善が始まりました。

尊厳を守る排泄ケア

「排泄ケア」における取り組みは「新しいオムツ」の導入に始まりました。導入に伴いそれまでは排泄、食事、入浴のケアを一体的に見直す業務改善委員会を設置していましたが、新たに単独で排泄委員会を設置しました。排泄委員会の主な役割や目的としては、まず①尊厳を守るケアの実施②援助員のゆとりの時間の創出と活用があげられます。その為に、その人にとって本当に必要な排泄介助、方法を考え、排泄介助の回数を見直しました。

そして③パットの1枚使用で下着感覚の実現を図る④適切なパット選択、尿漏れへの対応⑤適正コストの実現⑥排泄の個別の課題を解決に導く。そして上記の事柄を定着させることがあげられます。

まずはそれまで使用していた布オムツを廃止し、紙オムツへの完全移行を目指しました。

3月初旬、紙オムツを扱ういくつかの業者からプレゼンテーションをもらい、その中で最も私たちが目指す

コンセプトと合致した製品を選択しました。

※ 基本アイテムの説明

「これが今使用しているアイテムです。重度失禁(尿意や便意のない方)には①を。トイレ誘導をしている方については②を使用しています。」

4月より導入を開始しました。※個別ケア情報記入シート「この表のように」利用者お一人おひとりの食分量や水分摂取量、尿量の測定を行いました。どの時間帯に排尿量が多いのか。どういった排泄サイクルで生活されているのかを理解し、業者と何度も打ち合わせを重ねたことで、その人に合ったパットの種類や大きさを選択出来るようになりました。

朝に排尿の多い人、昼に多い人、夜に多い人とお一人おひとり違ったサイクルを持っていることを改めて実感しました。当り前のことが気づかずに介助を行っていたということも実感した瞬間でした。

※個別ケア表「モニタリングしたものをこの個別ケア表に落とし、全員で周知しています」尿量やサイクルに合った介助を行うことで寝ている時間帯の排泄介助をなくすことができ、夜間はぐっすり寝て頂けるようになりました。※オムツ交換の時間設定「従来はこの表のように0時にも排泄介助をしており、結果利用者の方を起こしてしまいましたが、現在は夜間の安眠確保のため夜間の排尿量がパットの許容量を超えるほど多い方やスキントラブルを抱えている方以外は行っていません。」夜間の睡眠確保は利用者の生活の活性化にも繋がったように思います。昼間、傾眠されていた方がしっかりと覚醒されて生活されるようになった方もみられます。

また、今まで布オムツを使用していた時にはスキントラブルがいつも課題に上っていましたが、皮膚にかかる圧力の減少、通気性の向上によりスキンコンディションが良くなりトラブルも減りました。

排泄介助の時間以外は起きて生活される方も増え、PTの指導のもと個別リハビリに取り組んでおられる人も増えています。また利用者との会話の時間、レクリエーションの時間も少しずつ増やすことが可能になってきましたが、今のところ①その人に合った種類や大きさのパットを選択したが複雑すぎて周知できていないことがある②それまでのものよりパットの当て方が難しく、少しのズレで尿漏れが起きてしまう。③それらの要因でパットの使用回数が従来よりも多くなりコストが大幅に上がっている等の課題を抱えています。次のグラフは尿漏れ、便漏れの1日平均とコストの推移を現したものです。TENAへ移行直後は漏れ、コスト共に大幅に増加しています。そして移行6ヶ月目を見て頂いてもわかるように漏れの減少と比例してコストの削減が実現しています。このような課題に対しては排泄委員会を中心に業者とも話し合いを重ね、パットの当て方の指導を受けたり、コスト管理も含めスムーズな導入が図れている施設に見学に行くなど、改善に向けた取り組みを行ってきました。それにより職員の技術向上、意識向上が図れた結果でもあると思います。

またそれらと並行して現在はフロア毎に排尿、排便の失敗のない生活を提供したい。寝たままの排便をなくしたいという目標に取り組み始めています。

白米の6倍の食物繊維を多く含む玄米食の導入やオリゴ糖の使用で便秘解消に繋げ、多くの利用者が下剤に頼っている現状の改善を図りたいと考えています。

それらの取り組みを始めてまだ日は浅く、また直ぐに目に見える効果が出るものではありませんが、便秘気味で3日に一度は座薬の下剤を使っておられた利用者の一人は「玄米になってから下剤がいなくなった」と、大変喜んでおられます。

また、看護師は援助員に腹部マッサージの講習を行うなど、排便をサポートする体制を作っています。これは施設見学に行った先で実際に使われていたテーブルで、座位姿勢を長時間保てない方にも安楽に座って排尿や排便をしていただくよう作られたもので、私たちも取り入れています。また、より細かなアセスメントを実施していく中でしっかりとした排泄サイクル、排泄のサインを理解し、失敗のないケアに繋げていければと考えています。

個々に合わせた入浴スタイルの確立

次に「入浴ケア」では浴室工事を伴う大きな変化がありました。

フロア制導入の結果、それまで4名の職員で一つのフロアで行っていた入浴形態から職員を2名ずつに分けてそれぞれのフロアで行う入浴に変更しました。そして流れ作業的だった入浴介助は一人の援助員が離床、脱

衣、洗身、着衣、水分補給、臥床までを行う方法に変更しました。

『個々に合わせた入浴スタイルの確立』をテーマに大浴槽の一般浴室を個浴槽に変える大きな工事を行いました。その際は設備や配置等、職員間で意見を出し合い利用者が安心して入浴し、「気持ちよかった」と感じてもらえる入浴設備と方法の検討を行いました。※改修前と改修後

今まで決められたことだけを行ってきた職員の意識は自分たちで考え意見を出せるように変化してきました。

利用者への案内や入浴設備の使い方が不慣れで従来よりも入浴介助に掛かる時間が長くなっていますが、それらも徐々に改善しています。

今後も引き続きその人に合った入浴方法、「気持ちいい」と感じていただける入浴について考えていきます。

家庭的な雰囲気のある食事の提供

「食事」の取り組みはこれからの部分が多くあると思っています。今のところ、以前の朝食は菓子パンが中心でしたが、現在はフロアでトーストを焼いて食べていただくなど、温かいものは温かい状態で冷たいものは冷たい状態で食べていただく環境や意識が芽生えました。

また、食器をメラニンから陶器に変えて見た目も美味しい料理の提供をすすめています。

お茶ゼリーは寒天ベースから凝固剤に変更することでより誤嚥を減らしより安全に摂取していただけるようにしました。

排泄委員会との共同で玄米食を導入するなど、今までになかった新しい取り組みも始めました。

これからは車椅子に座って食事を食べていただくのではなく、椅子に座って食べていただく。また、食事テーブルの配置も検討し食事中も利用者同士で今以上に楽しく食事をしていただける家庭的な雰囲気のある食事環境を提供したいと思います。その中で私たちもお一人おひとりとゆっくり関わる時間を大切にしていきたいと考えています。

個別ケア実施に向けての取り組みは緒についたばかりです。まだまだ解決すべき問題点、検討すべき課題は山積みです。しかし職員の利用者に対する関わり方、個別ケアに対する意識は大きく変化してきたと思います。半年後、一年後に利用者が今以上の笑顔で充実した生活を送って頂けるよう職員全体で取り組んでいきたいと思っています。