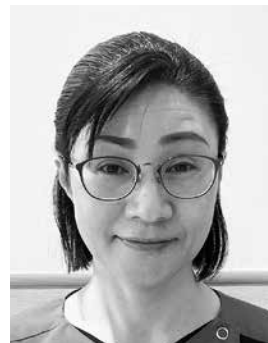


第35回  
全国介護老人  
保健施設大会  
岐阜

演題発表  
優秀奨励賞



# 目標指向への 意識づけがQOL向上に つながった症例



介護老人保健施設フローラさいせい(山形県)

発表者 すずきひろみ 鈴木裕美 (作業療法士)

共同研究者 ねまざわのりかず 沼澤徳和(作業療法士)、にしや 西谷鮎美(作業療法士)、児玉由香(理学療法士)、  
佐藤真美(理学療法士)、竹田舞子(理学療法士)、遠藤春佳(作業療法士)

## はじめに

「目標指向」とは、達成したい目的や目標を掲げることで、モチベーションを高め、目標達成をめざして自律的に行動する思考のことである。

老健施設に求められるリハビリの目標は多岐にわたるが、いずれにも在宅復帰を見据えた関わりが必要である。

しかし、利用者は現在の問題に着眼するあまり、先を見越した生活を想像することが難しい上、認知機能の低下も合わさり、リハビリの目的を理解しないまま訓練していることが見受けられる。そのため、当施設では目標設定を行った上で入所から在宅支援(訪問リハビリ、通所リハビリ、短期入所)まで一貫して1人のリハビリ専門職が支援している。

入所から在宅支援の環境に応じた目標指向への意識づけを行った結果、生活の質(以下、QOL)の向上につながった症例について報告する。

## 症例紹介

90代女性。併存疾患は胸椎圧迫骨折、腰部脊柱管狭窄症、腰椎すべり症、骨粗鬆症。子どもたちは県外在住で、夫と二人暮らしである。

■入所期

HDS-R:22点、MMSE:19点で認知機能低下がみられ、Barthel Index(以下、BI)は30点でADL介助量が多く、両下肢筋力低下、感覚鈍麻、および膝

折れがみられていた。

初期段階では危険認識が低く、動作性急でずり落ち転倒がみられていた。本人の気持ちをくみ取りながら在宅復帰のためには、骨折の再発防止と安全な移動、ADLのおおむね自立が必要条件となることを統一目標として確認した。

その上で、日常生活でも安全な動作の獲得、意識づけを行った。さらに、在宅生活を送るためには、自身によるリスク管理が必要であることも意識づけした。

退所時にはHDS-R:29点、MMSE:27点と認知機能は改善し、BIは75点でADLはおおむね自立し転倒もみられなくなった。しかし、退所時の課題が残った(図1)。

■在宅支援期

退所目前に在宅復帰に不安を訴えたため、退所後は訪問リハビリを週1回1か月間実施し在宅支援を行った。

自立した生活の獲得のためには、移動能力の自立、ADL自立が必要になることを確認した。そのため、両上肢筋力の維持・向上、自宅内車いす自操の獲得が必要であることを意識づけした。車いす自操獲得のためには、ベッド配置やベッド高、居室までの動線上のわずかな段差など、生活環境に課題がみられていたため、生活環境を整備することで本人の不安を軽減した。

また、本人と夫とともに自宅生活で課題が出た際、当事者たちが対策を考えていくことが重要であ

り、生活環境を工夫することで自立度も上がることを意識づけした。結果、自宅内車いす自操を含めADLはおおむね自立し、転倒もななくすごしている。

訪問リハビリ終了時、下肢機能の改善はみられるものの、歩行能力に課題が見られた(図2)。その後、下肢機能の改善に伴い歩行訓練を希望され、当施設通所リハビリにて週1回1か月間の支援を行った。歩行能力獲得のために、現状のADLの維持とリスク管理が必要になることを確認し、上下肢筋力の維持・向上、立位保持・立位動作の獲得が必要であることを意識づけした。結果、立位にて手洗い、ベッド周囲伝い歩きが可能となった。通所リハビリ終了後、継続した歩行訓練が必要であり、月1回短期入所を利用しながら、他サービスと連携した支援の継続を行っている(図3)。

現在は親戚や知人と温泉旅行にも行けるようになり、それが本人と夫の在宅生活を維持する最大のモチベーションとなった。歩行能力拡大とQOL向上を目標に意欲的にリハビリに取り組み、転倒もなく在宅生活を送っている。今後は、夫とともに地域活動に参加したいと、次なる目標に向けて邁進している。

### 考察およびまとめ

目標指向への意識づけを行うことで、本人が目標をもって主体的にリハビリを行った結果、認知・身体機能面の改善が図られ、転倒もなく在宅生活を継続できた。さらに、目標指向への意識づけが、新しいことへの挑戦やモチベーションの維持、QOLの向上にもつながった。

図1 入所時目標：在宅復帰

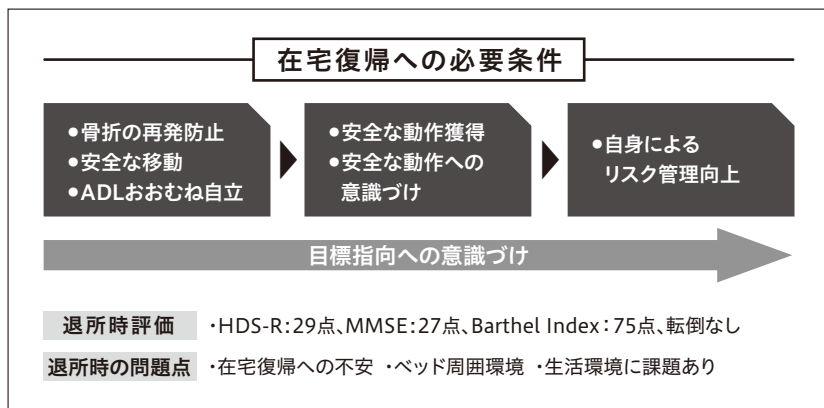


図2 訪問リハビリ目標：自立した生活の獲得

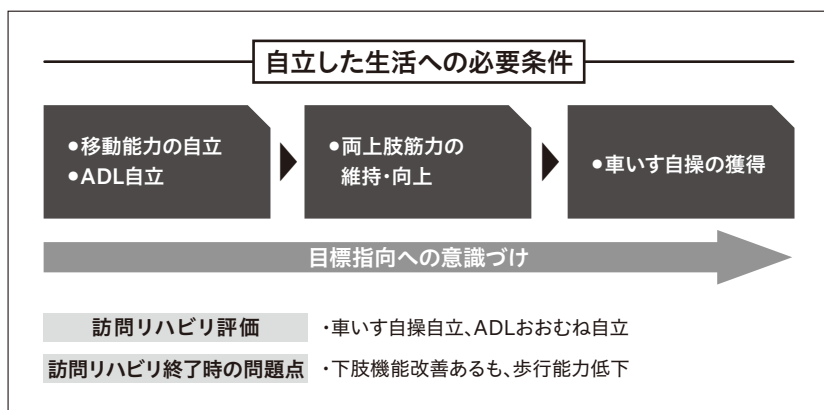
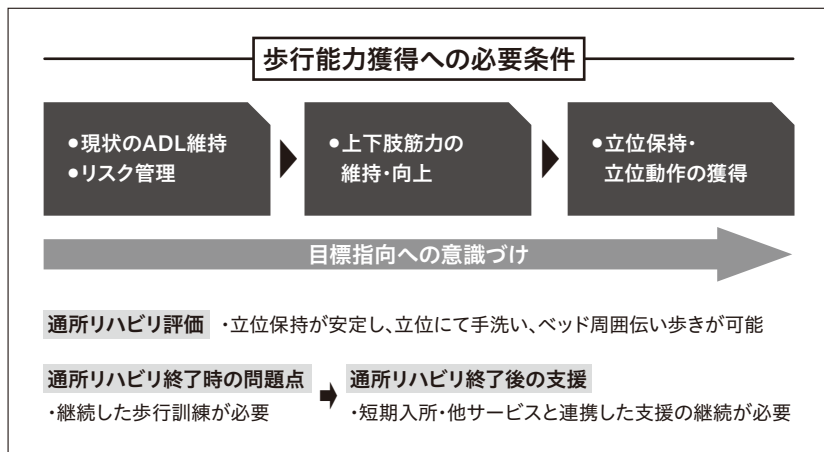


図3 通所リハビリ目標：歩行能力獲得



入所から在宅支援サービスまで、一貫して1人のリハビリ専門職が行うことで、在宅生活を見据えた現実的な目標を意識した指導をすることができた。



### 受賞その後

現在も当施設では、発表時と変わらず、入所から在宅支援まで1人のリハビリ専門職が担当し、「1利用1担当制」を続けている。利用者の満足度も高く、引き続きこの体制を続けていきたいと思う。