

短期集中サービス(訪問C)

事例報告

2018.12.18

長島中央病院

大橋・杉本

桑名市南部地域包括支援センター 佐藤

◆事例紹介

75歳 女性

【生活状況】

- ・ 夫と二人暮らし、娘が2人(市内、県外)
- ・ 戸建住宅に居住し、寝室は2階でベッド使用
- ・ ADLは自立、IADLは夫の支援が必要
- ・ 「要支援1」 リハビリデイサービス1回/W, 歩行器レンタル中

【現病歴・既往歴】

平成28年 9月(73歳)	左中指ばね指(弾発指)
平成23年10月(68歳)	脊髄小脳変性症
平成 4年頃 (49歳頃)	子宮筋腫
昭和42年頃 (24歳頃)	右卵巣のう腫

◆訪問の契機

H30.7.5 桑名保健所の担当保健師よりTELあり。

特定疾患医療受給者証の更新手続きのために本人来所。

- ①2～3日前に歩行器ごと転倒した。(ケガはなかったので良かった)
- ②「デイサービスも2回/W行って運動がしたい」と話していたと報告あり。

H30.7.6 自宅訪問。「緩い坂道だったが、歩行器ごと転倒してしまった」と本人。

デイサービスを増やしもっと運動をしたい。夫の介護負担も少し増えてきた。本日付けで区分変更申請をする。→「要支援2」H31/7/31まで(認定日:8/16)

H30.7.13 桑名保健所の担当保健師と担当ケアマネが自宅へ同行訪問。

本人の訴え

- ①緩い坂道で歩行器ごと転倒した。→ **歩行器の変更**(福祉用具レンタル事業者へ連絡)
- ②ベッド(ソファ)から立ち上がりにくくなってきた。→ **PTによる指導!**
- ③会話をしていると呂律が回りにくいような感じがする。→ **自律神経障害?**(PT. ST)
- ④残尿感、便秘がある。→ **自律神経障害?**(排便時の姿勢も検討してみては?)
- ⑤左手の力が入りにくくなってきた。→ **左中指ばね指の影響?**



H30/7月からスタートした「いきいき訪問」

本人の訴え①

緩い坂道で転倒。



H30/7/19～歩行器交換。

ロボット アシストウォーカーPT2

シャンパンゴールド 700単位

軽量でありながら電動アシストによる歩行速度・上り坂でのアシスト・下り坂でのブレーキ・傾斜地でのアシスト・手放し時のブレーキ機能等がついた最新機種。安定した歩行が実現しやすい機能を備えている。

◆初回訪問 H30/7/27



立ち上がりの指導

ベッドから立つ時に
つま先があがってしまう。
立つ時のポイントを指導。

資料4参照

* ベッドの高さ

39cm

* ベッドに座ると

35cm

* 1Fソファの高さ

30cm

本人の訴え②

ベッドやソファから立ち上がりにくくなってきた。

運動プログラム

- ・ももを上げる運動
- ・膝を伸ばす運動
- ・膝を開く運動
- ・あしの指の運動

資料3参照

本人の訴え③

会話をしていると呂律が回りにくいような感じがする

・「あいうべ体操」の資料を渡す。

資料1参照

・自主練習メニュー（顔面体操・発声練習・舌の体操・ストレッチ）の資料と一緒に実施し、自主練習するように夫と共に指導。

・ゆっくりとあわてずに話すようにする。

資料2参照

本人の訴え④

残尿感、便秘がある

☆Squatty potty(スクワティポティー)

資料3参照

洋式用足置き台を娘さんがネットで購入。

使用したら排便がスムーズに出るようになったと本人の弁。

・残尿感については、「尿道引き締めトレーニング」を実施しているが、あの時は少し風邪気味だったかな？と話され、現在、残尿感は消失している。

資料4参照

本人の訴え⑤

左手の力が入りにくくなってきた

左中指ばね指の影響もあり、左手に力が入りにくくなっている。2階の寝室から階段を降りるときは、両手でしっかりと手すりを持つように指導。買い物袋に荷物を入れて手首に下げて降りるように指導あり。

◆訪問時の評価から見えてきたこと（PTの視点）

- * 口唇や舌の動きに拙劣な部分があり、不明瞭な言葉がみられる。
早口になると上記の構音の問題がみられる。

口唇音：ま行・ぱ行 ⇒ 「む」「ぷ」 う段が不明瞭

舌音：た行・な行・ら行 が不明瞭

- * 四肢に軽度筋力低下がある。

本人の訴えは左手が、、、ということであったが、
両側の上下肢、特に股関節・膝関節に筋力低下あり

◆ 訪問時の評価から見えてきたこと（PTの視点）

* 片脚立ちでバランスが悪い。

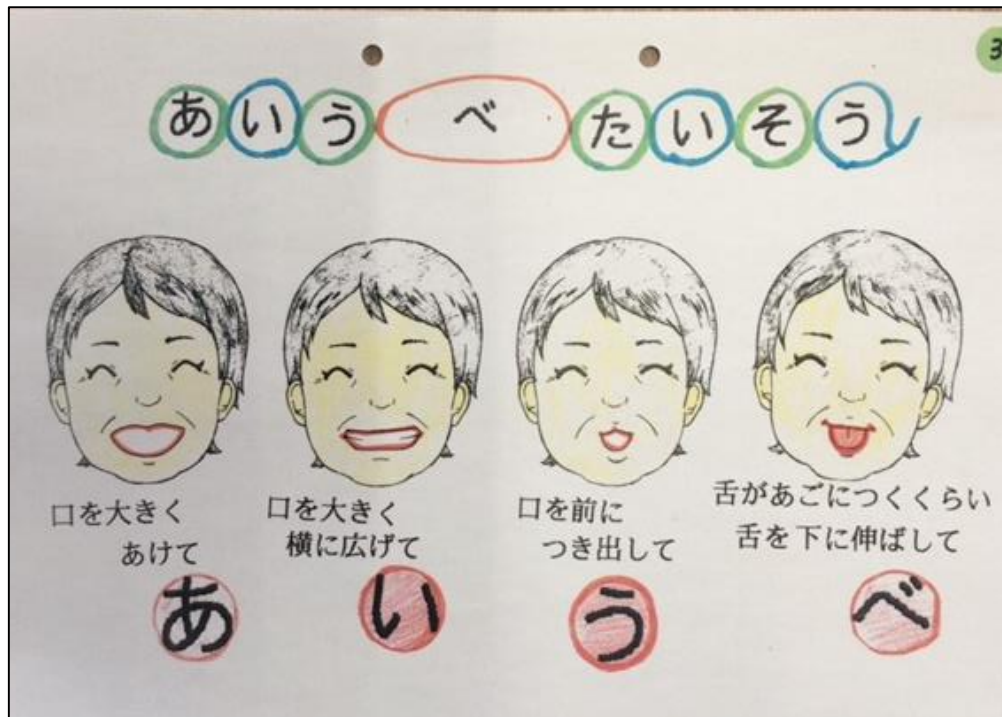
疾患によるバランス機能の低下に加え、筋力低下もあり、歩く時に側方へ倒れることが多い、ということにつながっていると考えられた。

* 立ち上がりの際に、何度も反動を使わないと立てない。立つ瞬間につま先が上がってしまう。

つま先が上がることで、重心が前方へ移動しないため、殿部が浮かないため、反動を使って、重心を前方移動させていた。場合によっては、立ち上がる途中で、尻もちをついてしまう。

◇口腔・顔面体操の資料提供◇

資料2



資料1

自主練習メニュー

- ① 顔面体操

口の開きや食べこぼし等の症状の改善に繋がります
- ② 発声練習

飲み込む機能を高め、発音がはっきりします

パピリリ(タタタタカカカラララ)

大きな声ではっきりとー
- ③ 舌の体操

食事をしっかり噛むことができ飲み込みやすくなります

舌を上へ 舌を右へ 舌を唇が触ります 反対唇にまわす

口唇のまわりを1周まわす
- ④ ストレッチ

口を開けて行うストレッチ

上下の唇の内側を舌先で触ります 左右の内側を舌先で触ります 舌を唇が触ります 反対唇にまわす

唇、口唇の内側を1周まわす

*①～④を鏡を使用しながら、毎日行ってください。

Squatty potty (スクワティポティー)

資料 3



◇自主訓練 & 立ち上がりかたの指導◇

資料4

様 運動プログラム

(H30.8)

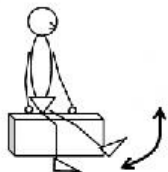
- ・ 無理のない範囲で、呼吸をしながら、ゆっくりおこなってください。
- ・ 1つの運動を10～20回くらいを目安として、体調により加減してください。

【腰かけておこなう運動】

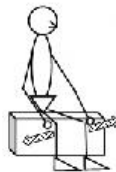
① ももを上げる運動



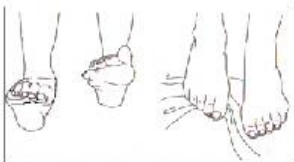
② ヒザを伸ばす運動



③ ヒザをひらく運動



④ あしの指の運動



あしの指を曲げたり、伸ばしたりしてみましょう。

はだしになって、足の下にタオルを敷いて、足の指の動きだけで、たくり寄せることで足の指の強化につながります。

フローリングの上で行うとしやすいです。

⑤ 尿道引き締めのトレーニング



骨盤の中にある骨盤底筋(こつぽんていきん)という筋肉を強くすることで、尿もれを改善できます。

【方法】

- * 尿道やおしりの穴を、きゅっど締めたり、ゆるめたり、2～3回くり返します。
- * つぎに、ゆっくりきゅっど締め、5秒間ほど止めてその後、ゆっくりとゆるめます。慣れてきたら、引き締める時間を増やしてください。1回5分から10分程度
- * 最初は、寝て、ひざを立てた姿勢で行います。慣れてきたら、腰かけた姿勢で、足を開いて行ってください。

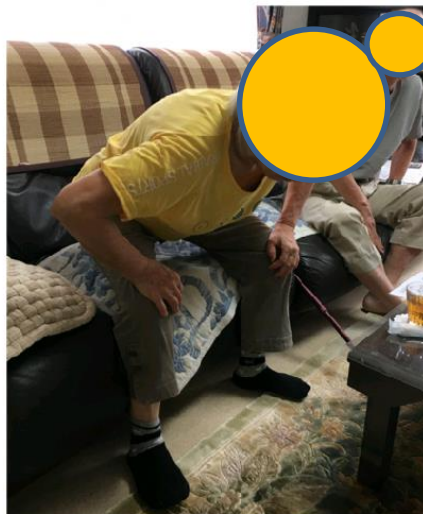


長島中央病院
いきいき訪問 担当
大橋・杉本 作成

資料5

▲▲●● 様 立ち上がりかたのポイント

(H30.8)



- ・ 立った時に安定するように、足を少し開いておくとういでしょう。
- ・ 約1m前方の床へ頭を持っていく感じで、おじぎをしながら、重心を足へ移します。顔はしっかり下を向いてください。
- ・ 手はヒザに置いておきますが、おじぎをする時は力を入れず、おしりが浮いてから、手に力を入れて立ち上がってください。
- ・ つま先が上がらないように気をつけて、足の指のつけ根あたりに力が入るように立ち上がると、立ちやすく、立った後のバランスもとりやすいと思います。
- ・ 腰かける時も同様に、下を向き、腰を曲げながら、ゆっくり腰かけてください。立ち上がる時と腰かける時と同じ姿勢になるように練習すると覚えやすいでしょう。

長島中央病院
いきいき訪問 担当
大橋・杉本 作成

ケアマネとして・・・

《サービスを使って良かった点》

- ・すぐに専門職(理学療法士)が自宅を訪問し、住環境を整え、本人に見合ったトレーニング(体操・運動)を指導してもらったこと。
- ・自宅に来てもらう事で、夫も一緒にトレーニングの様子を見学し、一緒に口腔体操(あいうべ体操)などを実施し、二人で取り組めたこと。
- ・本人の身体状況の把握ができたこと。
- ・B型応援会議開催時(8/7)に、リハビリデイサービス事業所の責任者の方にも同席してもらい、デイサービスで実施してもらう体操・運動を伝達してもらったこと。
- ・「新しい取り組み(体操・運動)が出来て、前向きにトレーニングできた、良かった。」と本人から聞いたこと。
- ・自宅に専門職(理学療法士)に来てもらい、身体状況のみならず、精神的負担の軽減につながったこと。(本人が心配ごとをいろいろ話せたと発言あり)

《課題と思った点》

- ・脊髄小脳変性症が主疾患であり、体幹失調・酩酊様歩行がみられ、時々転倒もある。症状は緩慢ではあるが、ゆっくりと進行している。8回だけのいきいき訪問ですっきりと解決できるわけではない・・・。

《サービスを使って良かった点》

- ・ケアマネと同行訪問することで、評価に入りやすい。
また、利用者を前にして課題を明確にでき、対応しやすい。
- ・書類だけでは把握できない利用者情報も、すぐに得られる。
- ・評価中をみてもらえることで、結果だけではない詳細な情報を共有しやすい。
(今回の場合、立ち上がりの際の、つま先の上がりかた)
- ・その場で情報伝達できるため、必要なサービス提供を素早く行える

《課題と思った点》

- ・別のケースで、
特別給付が認められているため、区分変更で要介護認定になっても、いきいき訪問に行った事例があり、介護保険での訪問リハビリとの使い分けに迷った。