

# まごころ便り Vol.9



発行人／株式会社ケアプラス  
 本社／〒105-0014  
 東京都港区芝3-40-4  
 三田シティプラザ2階  
 TEL／☎ 0120-8556-39  
 HP／http://www.care-plus.co.jp

## 介護の負担を軽くしたい！ ご夫婦のニーズに施術で応える。

### 二人暮らしを家で続けるために。

在宅での二人暮らしのため深夜のトイレ介助などの負担も大きかったN様ご夫婦。介護者である旦那様の腰痛悪化が問題でした。施術では、寝返り・起き上がり・立ち上がりなど基本動作の介助での負担軽減のため、動作の反復練習を繰り返しました。最初は施術中に寝てしまうこともありましたが、施術師とコミュニケーションがうまくいくようになってからは運動の際に数を一緒に数えてくれるなど意欲的になりました。介護も最大介助から軽介助でおこなえることが増え、介護負担が着実に減ってきました。

ご本人は、デパートで買い物をして、介護をしてくれている旦那様に感謝の気持ちをふるまうことが目標です。今後は、肥満の傾向も見られることから食生活などにも配慮しつつ、歩行能力の向上を図っていきます。



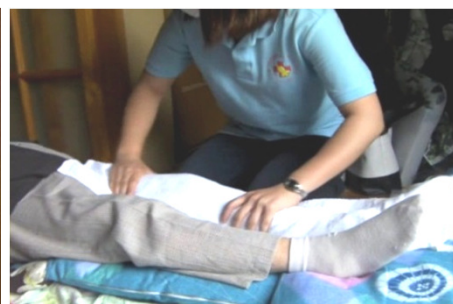
仙台営業所 黒田相談員

### コミュニケーションと改善の実感が、自信と意欲に結びつく。

今回のケースは、介護者の旦那様の腰痛が酷くなることでご本人にも心理的な負担が増す状況で、夫婦二人暮らしを継続したいというニーズに応え介護負担軽減に取り組んできた事例です。実は施術師にとつても、無料体験・サービス開始から全て携わった初めてのご利用者でした。悪戦苦闘しながらも真摯に取り組んだ結果がしっかりと改善傾向に現れました。コミュニケーションを取りながら高齢のご夫婦のお気持ちに応えることができた経緯に焦点をあてました。



より長い立位保持が可能になることを目指して、下肢の筋力強化を徹底して継続しています。



膝や腰の疼痛は安静時や寝返りのときにも出ること。緩和のためのケアは念入りに。

### 〈初期目標〉

腰・膝の疼痛緩和  
 体幹・下肢の筋力向上

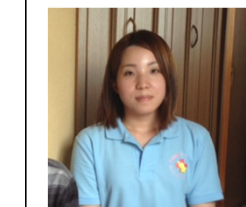
### 〈中長期目標〉

軽介助で寝返り・起き上がりなど、基本動作ができるようになる

### 【治療内容】

施術は疼痛緩和のためのリラクゼーションやモビライゼーション、腰部のマッサージなどとともに下肢・体幹の筋力を向上する運動から開始しました。寝返り・起き上がり動作は反復練習を徹底し動作が以前よりスムーズになりました。

変形性膝関節症は立位で膝に負担をかけると悪化するおそれがあるため、初期は立位での運動法を控え、横になった状態での運動法を重視。筋力の向上を確かめながら立位での運動法を導入しました。



及川施術師

ご利用者情報 M・N様(83歳・女性)  
 傷病名：脊柱管狭窄症・腰椎圧迫骨折  
 両変形性膝関節症  
 安静時にも腰や膝に痛みがあり、寝返りや起き上がりの動作でも痛みが出るため、室内では這って移動する状態でした。

また運動時には鼠径部に突っ張るような痛みが出ていました。

### ご利用者からのニーズ

旦那様の介護負担を軽くし、これからも二人で暮らしたい。  
 腰・膝の疼痛ケアに加え、主たる介護者となっている旦那様も腰痛をお持ちのため、旦那様の介護負担を減らしたいとご本人もお考えでした。  
 旦那様もやはり介護負担の軽減を望まれていたほか、ご本人がもともと動くことがあまり好きではないことを心配されておられ、飽きることなく効果的なサービスを必要とされました。



■デパートに買い物に行くことが目標です

### 施術師の訪問を 楽しみに待っています！

施術前は自宅内を這って移動し、トイレ動作なども全て介助する状態でした。今では歩行器で10メートル程度歩行できるようになるなど、旦那様の介護負担も軽くなりました。

ケアマネジャー様より、過去には性格が合わずヘルパーの交代などがあったものの、及川施術師とはうまくコミュニケーションがとれ、マッサージをすこく楽しみに待っていてくださった前向きな気持ちに比べられるよう取り組んでまいります。