

「自分で買い物をしたい」、外出困難な在宅高齢者に行った訪問リハビリの取り組みについて

"I would like to shop by myself", on the efforts of visiting rehabilitation to elderly people who are difficult to go out

長田 浩揮(OT) 株式会社 アール・ケア 訪問看護ステーションキャスト

Key words:訪問作業療法,外出,自己効力感

### 【はじめに】

ご自身で歩行器を使用して外出を行っていた在宅高齢者が入院を境に外出することが困難となり、活動意欲の低下を認めた。そこで、担当ケアマネージャーと会議を行い、福祉用具を使用して訪問リハビリにて外出の支援を行った。その結果、活動意欲の向上を認め、家事動作の一部がご自身で行うことが可能となったため、今回訪問リハビリで行った取り組みについて報告を行う。なお、倫理的配慮として本人には口頭にて同意を得ている。

### 【事例紹介】

対象者は、慢性 C 型肝炎、変形性脊椎症、喘息様気管支炎の診断を受けた 80 歳代後半の女性(以下 A 氏である)。介護度は要介護 2。サービス利用状況は往診を月 2 回利用、訪問リハビリ週 2 回利用、訪問ヘルパーの支援を毎日受けている。長男と 2 人暮らしであるが、人口透析を行っており、介護力は期待できない。認知機能は長谷川式簡易知能評価スケール(24/30)。基本動作は自立しているが、片脚立位、継ぎ足立位保持困難と転倒のリスクは高い。日常生活動作(以下 ADL)は概ね自立(移動は四つ這いか伝い歩き、排泄はポータブルトイレ自立、入浴はヘルパー介助)。炊飯や調理、掃除は訪問ヘルパーの支援を受けている。日中の大半は臥床しており、1 日中寝間着で過ごされている。A 氏より、「買い物に行きたい」等と言った発言は認めるが、活動意欲は低く、訪問リハビリも休みがちであった。

### 【方法】

屋外活動に消極的であったため、車いすを使用して試験的に屋外の散歩を行い、本人に外出ができることを自覚してもらう機会を作った。その結果、本人の承諾が得られたため、担当ケアマネージャーと会議を行い、屋外移動用の車いすを導入した。セラピストの支援のもと自宅近く(徒歩 10 分程度)のスーパーで買い物を行う訓練を立案した。また、室内移動も不安定であったため、室内用の歩行器の導入も行った。屋外での移動はセラピストが介助し、車いすで移動するが、寝室から玄関までの移動、アプローチの段差昇降や会計はご自身で行ってもらうように動作を促した。できる動作をご自身で行ってもらうようにし、成功体験を通して自己効力感を感じてもらうことを期待した。

### 【結果】

外出支援を進めたことで訪問リハビリを休まれることはなくなった。ADL に関して室内移動は修正自立(ピックアップ型歩行器)。屋外移動は歩行器にて見守りで移動可能となった。また、自宅から約 40m 離れたごみステーションまで歩行器で移動し、ごみ捨てを行えるようになった。炊飯や簡単な調理(味噌汁)はご自身で行うようになり、セラピストに対して味見をしてほしいと言った発言もみられるようになった。訪問日は身なりを整えられるようになり、買いたいものがある時にはご本人から買い物に連れて行ってほしいと言われるようになった。

### 【考察】

セラピストの支援のもとではあるが、実際に外出を行うことができたため、本人の自信に繋がり、活動意欲の向上を認めたとと思われる。できる動作を本人に行ってもらうように促したことで訓練が負担とならず、訪問リハビリを休まれることもなくなったのではないかと考える。また、実際に生活動作に焦点を当てて介入を行ったことで、本人自身も訓練の意義を理解できたと考える。模擬的な練習ではなく、実地練習を進めたことで在宅高齢者の自己効力感の充足を促すことができ、本人自身ができる動作を再認識することができたと考える。