

◎転倒予防

座長 太田喜久夫

2-5-30 在宅虚弱～要介護高齢者に対する転倒予防プログラムの検討(第4報)保健師によるアプローチ

¹長崎大学医学部保健学科, ²公立みつぎ総合病院リハビリテーション科
松坂 誠應¹, 林 拓男²

【目的】転倒高リスク者に対するPTによるアプローチ(週1回4か月間)は効果があると報告したが, 人材確保が困難なPTに代わり, 比較的容易な保健師による事業効果について検討した。【対象・方法】全国の国保病院・診療所(24か所)の関連施設(在宅介護支援センター等)で実施した転倒予防事業への参加者259名(女219名)を対象とした。対象者の条件は認知症のない在宅高齢者の内, 問診による転倒アセスメント(鈴木ら)で転倒リスクが5個以上の「高リスク者」とした。プログラム内容は準備運動(15分)→下肢・体幹の筋力強化・バランス訓練(30分)→整理運動(5分)であり, その前後にレクリエーション等を行った。事業の実施はPTの助言・指導のもとマニュアルを使用し保健師が行った。評価項目は転倒リスク数, 老研式活動能力度, 高齢者抑うつ度, 体力評価等である。体力評価は初回～4か月まで, 1か月毎にPTが行った。【結果】対象者の平均年齢は79±7歳で, プログラム開始前の活動能力度は9.5±3.1, 抑うつ度は4.5±3.2であった。プログラム実施4M後では転倒リスク数, 抑うつ度が有意に改善していた($p<0.003$)。体力測定では椅子起立テストと最大1歩幅が1か月で($p<0.013$), リーチテストが2か月($p=0.004$), 開眼片脚起立が3か月($p=0.018$)で改善した。【結論】マニュアルとPTのバックアップがあれば保健師の事業運営でも転倒予防プログラムは効果があり, 地域支援事業など市町村での実施が容易となる。

2-5-31 後期高齢者療養型回復期リハビリテーション病棟での転倒・転落事故予防対策について

加治木温泉病院リハビリテーション科
日吉 俊紀

【はじめに】転倒・転落は事故にもつながり重要な問題であるが, その対策はその病棟の対象疾患・年齢等で転倒事故予防に対しての因子がかなりの変化がある, 当院には特別養護老人ホーム・老人保健施設・グループホームを有するため, 当院の回復期リハビリテーション病棟では対象年齢が60～90歳である, 高次脳機能障害・基本移動能力障害を持つ例が多く見られる。当病棟での転倒事故の因子を考慮し, スタッフの転倒・転落事故に対しての意識を高めるために因子項目を少なくし, 意識しやすくした。高齢者を中心に療養を行っている病棟での予防対策を検討した。【方法】1) 疎通が取れるか, 2) 病態の理解, 3) 性格は, 訓練への意識は, 4) 基本移動能力は, 5) 体幹の筋力は, 6) 環境因子は, 7) 薬の服用・変化, 8) 起立性血圧調節障害は等を中心に検討した。【結果・まとめ】スタッフの転倒予防に対しての意識づけを高め, 転倒・転落が事故につながらないように, 危険因子別に対策を決め, 症例別の訓練経過時期も考慮し, 中心となる対策を意識して行い, 転倒が事故にならない工夫を行った。

2-5-32 TQM(Total Quality Management)の手法による転倒予防効果について

¹市立砺波総合病院リハビリテーション科, ²市立砺波総合病院整形外科, ³金沢大学医学部保健学科
影近 謙治¹, 高木 泰孝², 立野 勝彦³

当院の回復期リハビリテーション病棟(39床)は院内11病棟の中で最も転倒報告件数が多かった。そこでスタッフ全員が患者のADL能力に関する情報を共有し転倒を予防するにはどうしたらよいかを検討するため, TQM(Total Quality Management)の手法を用いて転倒予防の方法を考え実践してみたので報告する。まずこの取り組みには医師をはじめ全職種が関わる必要がある。転倒の要因を分析すると, 転倒する時間帯が一日のうちで, 夜間以外で日中に3回行う体操の時間に多く起こることがわかった。しかも歩行が自立していない患者でも勝手に歩いていたり, 認知症や高次脳機能障害(左側無視)のため一人で移動することが危険な患者でもスタッフが気が付かないうちに移動していることがあった。病棟のスタッフは多くの患者を担当しており, 担当以外の患者のADL状態を完全に把握しきれないのが実情である。そこでADL, とくに移動能力に関して患者の能力を把握する方法を考えた。色分けしたテープを患者の腕, 杖, 車椅子などに貼ることで, どのスタッフにもひと目で患者の移動能力がわかるようにした。また看護師が用事で患者から離れる場合は, 他のスタッフにたすきを渡して監視の必要な患者に注意が向けられるようにした。それにより患者全員の移動能力をスタッフ全員が把握できるようになり, その結果転倒の件数は月0～1件に減った。また患者自身もテープの色の変化が自分の移動能力変化であると自覚してリハビリをする上での励みにもなった。