

石巻市中央地域包括支援センター

症 例 概 要 利用者氏名：E・T様（80代・男性・要支援2）

利用期間：平成29年6月～現在に至る

既往歴：両変形性膝関節症・脊柱管狭窄症・高血圧症・高脂血症

平成29年5月に、当包括の担当地区内へ引っ越され、Wセンターから引き継ぎを受けたケース。震災後みなし仮設へ夫婦で身を寄せ、外出することが少なくなり、両下肢の筋力が低下し、外を歩くのも怖くなり、全く外出をしなくなっていた。本人希望は、妻と一緒に買い物へ出かけたいと望んでおり、それを実現するため支援が始まりました。

内 容

元来Eさんは運動が好きな方だったが、中央包括支援センターが介入し始めた当初は、両変形性膝関節症や脊柱管狭窄症などが悪化、震災後みなし仮設へ引っ越して以降、外出することも億劫になり、それと同時に両下肢筋力低下が著明となってきた矢先であった。中央包括相談員は時間をかけてご本人と信頼関係を構築。こちらから押し付けるのではなく、まずは話を徹底的に聞くところからスタートした。すると、ご本人から、自己流で食事管理をして95キロある体重を減らしたいと思っているが、運動も減量も効果が表れず、専門家のリハビリを受けたいという希望を聞くことが出来た。

そこでご本人への支援の前に、係りつけ医へ膝の状態と減量についての注意点などを確認し、激しい運動でなければ大丈夫であること、そして体重の4パーセント程度の減量から始めるようにアドバイスを頂く。上記アドバイスをもとに当グループひまわり訪問看護ステーションに繋ぎ、令和元年7月からリハビリを週2回で開始、また減量支援として、I市の栄養士へ訪問指導を依頼し、リハビリと栄養指導、両方同時にスタートすることに成功した。

介入開始時、PTが直接ご本人を細かくアセスメント。両下腿の浮腫み著明、皮膚表面が固く歩行へ支障をきたす原因にもなっていたことが把握できたため、機能訓練と合わせて浮腫みの軽減のための対処療法も実施するメニューを策定した。

介入後4か月が経過した後、固かった浮腫みの表面が柔らかく変化し、浮腫みが引けやすく変化、また、栄養士による日々の栄養指導と献立立案支援が功を奏し、体重は5キログラム程度減量することに成功した。歩行は、杖2本での歩行スタイルは変わっていないが、歩く時の姿勢が良くなっており、足の出がスムーズになった。

当初、ご本人の希望であった妻と一緒に買い物へ出かけることは実現できていないが、同じマンション内の集会場へのお茶会に、歩いて参加するようになり、歩くことへの自信が持て、外出の機会が増えたことは、大きな成果であった。ひまわりのグループ内だけではなく市の栄養士も交え、グループ、そして官民の垣根を超えた支援を行い、ご本人の笑顔を増やせた症例としてこれをキラキラ介護賞に推薦したい。