

# フットケアの有効性の検証

介護老人保健施設 しおさい 佐々木 日砂(共同:佐藤 章子)

**研究背景** 高齢者の下肢むくみの原因として考えられる事は、低栄養状態、慢性疾患の症状又は副作用、循環障害、冷えなどがある。

又、ふくらはぎ等の筋量が落ち、ポンピング力が低下し、むくみが生じると考える。

看護として改善出来る循環障害、冷えに対してのアプローチを行い、下肢のむくみ軽減を図りたいと考えた。

**研究目的** 適切なフットケアは、下肢のむくみの軽減が出来ることを検証する。

**研究方法** 対象 : 施設利用者様 9名

期間 : 平成21年6月～11月

場所 : 介護老人保健施設 しおさい

実施内容 : 下肢のむくみのある入所者様から対象者9名を選出。1ヶ月は下肢挙上のみを行ない、1週間ごとの周囲測定を行なった。その後、対象者を3グループに分け、看護師又は介護師により、足浴とマッサージを行なう。

データ収集方法 : 足関節周囲測定

データ分析方法 : t-検定

論理的配慮 : 利用者・家族に説明。

アンケートは無記名とし、看護上不利益はないことを説明し、同意を得た。

## 結 果

---

● t-検定: 一对の標本による平均の検定

下肢挙上・A群の効果の確認

片側検定  $t(8) = -0.557$

$p > 0.05$

● t-検定: 一对の標本による平均の検定

足浴、マッサージ・B群の効果の確認

片側検定  $t(7) = 2.397$

$p < 0.05$

● t-検定:等分散を仮定した2標本による検定

A群B群の差の検定

片側/両側検定  $t(15)=2.587$

$p<0.05$

考 察

今回の研究で、今まで行なっていた下肢拳上で大きな改善が見られなかった為、足浴・オイルマッサージでむくみの軽減を試み結果を出すことが出来た。

今まで行なっていた足浴は、傷など処置のため足浴バケツを使用していたが、研究では膝下10cmが漬かるバケツを採用し腓腹筋が十分に温まり熱伝導による膝窩リンパ節が温められむくみが解消できたと考える。

■ 参考文献

◎日本ケアセラピスト協会・副理事 佐治ひとみ氏

「高齢者・むくみ軽減、乾燥予防のためのフットケア」

◎壇辻 雅広 理学療法21(1):251-255,2004

「浮腫の理学療法のための検査・測定のポイントとその観察」

◎愛知県理学療法学会誌 第20巻