

介護老人保健施設ライフサポートねりま

症 例 概 要 利用者:90代 性別:女性 介護度:要介護3

病 名:第11胸椎圧迫骨折

利用サービス:入所

経過:元々は、週1回のヘルパーを活用しながら一人暮らしをされ、ADL・IADLともに自立されていた。買い物や通院等の屋外活動も一人で行っていたが、他者との交流機会は少なく、余暇はテレビを見ることが中心で、生活に「つまらなさ」や孤独感を感じていた。令和8年2月、自宅で転倒し胸椎圧迫骨折を受傷。急性期病院に1ヶ月、地域包括ケア病院に2ヶ月入院したが、腰部痛の訴えが強く、脊柱管狭窄も認められ、今後も経過観察が必要との判断から、ライフサポートねりまへ入所となった。

内 容

入所当初、動作時にNRS8程度の腰痛があり、下肢筋力・耐久性も低下していた。フリーハンドでの静的立位保持は15秒程度で困難で、前腕支持型歩行器を使用し接触介助で20m程度の歩行が可能であった。ADLは普通型車椅子を使用し、見守りから軽介助を要していた。日中は疼痛により臥床時間も長く、歩行への希望も持てず、「無理しないで車椅子でいいかな」と話されるなど、歩くことを諦めかけていた。一方、入所前は他者との交流機회가少なく「つまらない」と感じていたが、入所後は周囲の利用者と話す機会が増えていた。

チームでは、疼痛状況と本人のペースを尊重し、まずは「自分で動けること」を増やすことを目標とした。内服による疼痛管理を行いながら、車椅子自走、起立・着座動作、下肢筋力訓練、歩行練習を段階的に実施した。また、看護職と連携し、集団体操や談話室での交流機会を設け、離床時間の拡大を図った。

疼痛の軽減と下肢筋力・耐久性の向上に伴い、車椅子での移動が自立すると、「一人で動けるようになったのが楽に感じた」と話され、他利用者との交流も増加した。その後、歩行訓練にも積極的に取り組めるようになり、「歩行の希望が見えてきた」「娘や友達と自由に歩きたいと思った」と、歩行への希望が聞かれるようになった。環境設定や反復練習、肯定的なフィードバックを重ね、入所後3ヶ月でシルバーカー歩行が自立し、1日4000歩程度の歩行が可能となった。現在では、他利用者と笑顔で談笑しながら歩く姿も増えている。

本人と生活を振り返る中で、「一人孤独が好きじゃない。にぎやかな方が好き」との言葉が聞かれ、人との関わりを大切にされていたことが改めて分かった。本人にとって「歩けること」は、単なる移動能力の獲得ではなく、人と関わるための手段であったと考える。「無理しないで車椅子でいいかな」と話されていた本人が、現在では「歩ける喜びを感じたね」「移動もしやすい。疲れるけど過ごしやすくなった」

と話されている。身体機能やADLの向上に加え、本人が大切にしていた「人とのつながり」を取り戻し、歩いて人に会いに行くという、その人らしい生活につなげられたことが本事例の大きな変化であった。