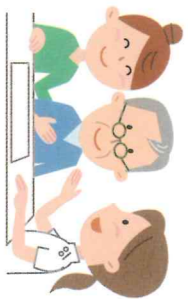


ステップ4 サービスを利 用しよう



Aさんと娘さんは、それぞれの思いや不安、希望をケアマネジャーに話しました。

～Aさんはこんな人～
Aさんは、妻を15年以上前に亡くし、それ以来一人暮らしをしています。人とかかわりが苦手で、外出はお弁当や日用品を買いに行く程度です。趣味は庭いじりで、以前は天気の良い日は庭にでいていましたが、最近は何も減っています。今回は、コンビニに買い物に行った時に脱水状態で倒れ、緊急搬送されて入院しました。もともと高血圧で服薬をしていましたが、薬の飲み忘れが多いという事が分かりました。また、部屋の中は散らかり、転倒が心配されます。初めての入院生活で、ベッド上の生活が続き足腰が弱くなってしまいました。また検査の結果、軽度の認知症であることがわかりました。実はAさん自身も、以前に比べるとやる気が出ない事や足のふらつきに不安を感じていました。

～Aさんの娘さんの心配～

今までのように一人暮らしが続けられるのか、食事がとれるのか、また脱水状態にならないか、薬はきちんと飲むのか、具合が悪くなった時にSOSが出せるのか、認知症で一人で暮らして大丈夫なのか・・・などを心配しています。



家族が離れていても、住み慣れた自宅で安心した生活を送るにはどうしたらよいらう？・・・

- ・人とかかわりが苦手で、サービスの導入がしにくい
- ・食事面や脱水状態の予防、細やかな対応が必要
- ・高血圧や認知症の服薬が必要だけれど、飲み忘れの可能性がある
- ・夜間や急に具合が悪くなった時の事を考えると不安
- ・大好きな庭いじりを再びしてもらいたいなあ・・・

そこで

ケアマネジャーは「定期巡回・随時対応型訪問介護看護」のサービスを中心に組み入れることにしました。

このサービスの、こんなところに期待します

- ・Aさんの生活リズムに合わせて、訪問し、声をかけ、信頼関係づくりに期待
⇒信頼関係ができる事で、将来的にサービスの幅が広がり、生活の意欲が出てきます。
- ・指定の時間に、短時間で、一日に複数回の対応ができる体制に期待
- ・定期的な見守りや24時間、専用の通報システムにより緊急時の対応ができることに期待
- ・連携している訪問看護による、医療面のサポートに期待

在宅生活の
再スタート

1年
後

サービス開始から1年後、介護認定の更新を受けました。Aさんが上手にサービスを利用したことで、要介護1に改善しました。今では少しの手助けで庭いじりを再開できるまでになりました。娘さんは「お父さんらしく、住み慣れた自宅で暮らし続けて欲しい」と話しています。これからも今のAさんに見合ったサービス利用を考えているそうです。



定期巡回・随時対応型訪問介護看護

Aさんと信頼関係ができるまで、ゆっくりと、Aさんの気持ちに寄り添いながら、ゴミ出しを手伝ったり、食事の準備や、水分摂取や服薬の声掛けも合わせて行いました。できるだけ同じサービス提供者が同じ時間に行くことで、顔なじみの関係ができ、安心して支援を受け入れてもらえるようになりました。困った時に駆け付けてもらえることは、遠方に住むAさんの娘さんにとっても安心につながっています。



😊
サービス

6～12か月

次の段階で、大好きな庭いじりの再開を目指してサービス利用が始まりました。機能訓練の時間を少しずつ増やしていきましますと、徐々に筋力向上の効果が出てきました。Aさんはこのころから元気を取り戻し、以前に比べ表情もいきいきとし、いろいろな事にも意欲がわいてきたようです。

😊
民生委員

一人暮らしのAさんに定期的に声をかけて、見守ってもらうようにしました。

1～6か月

😊
訪問看護(連携型)

Aさんの主治医と連携を取りながら、血圧の確認、脱水や身体状態の観察をしてくれます。また、服薬管理もしてくれます。このようなサービスの利用によって、不安だった退院後の療養生活を安心して送ることができました。

コラム いつまでもいきいき暮らし続けるために・・・

年齢を重ね、体力が落ちたり、思うように身体が動かなくなるのは「仕方がないこと」ではありません。高齢者が心身の機能を低下させてしまう最も大きな原因は「もう年だから」「徳劫だから」と身の回りのことや家事、外出をしなくなってしまうことです。そのような原因で引き起こされる「老化」は、ちよつとした生活の工夫を心がけることで「老化」のスピードを遅らせ、介護が必要な状態になるのを防ぐことができます。

- ・ 閉じこもらずに外に出ましよう
- ・ 栄養バランスに気を付けましよう
- ・ お口の健康を保ちましよう
- ・ 適度な運動を心がけましよう
- ・ 地域とのつながりを大切にしましよう
- ・ できる事は自分で行おうにしましよう

