

第6章

主介護者の責任

注)「ボランティアのためのケアマニュアル」は、米国で作成された冊子「C
ARING TO HELP OTHERS」を一部割愛し、日本語に直訳し
たものを、専門家の先生方にご監修いただいたものです。環境、制度、法律な
ど日本のものと異なる内容も含まれておりますので、ご注意ください。ケアの
方法を実際に行われる場合には、必ず担当医もしくは担当の医療従事者の方
にご相談ください。

第6章の概要

高齢者の主介護者を支援するなかで、ボランティアはさまざまな場面に直面すると思われます。この章では、主介護者の責任範囲とされるさまざまな状況について、代表的なものからそうでないものまで詳しく説明します。

まず、要介護高齢者の基本的ニーズと、それにどう対応するかということから説明します。基本的ニーズには次のようなものがあります。

- ベッドメイキング
- 安全性
- 排泄
- 栄養補給と食事
- 運動
- 投薬
- 衛生
- 感染症対策

次に、要介護者に何かを作り出させたり、何かの役に立ったりするように仕向けることによって、生き生きと自立していると感じてもらうための方法を説明していきます。

その後、主介護者の請け負う金銭的な責任、家計管理に関するヒント、経済的支援や、医療担当者とのつきあい方について触れていきます。

また、要介護者が不能状態に陥ったり死亡したりする場合に備え、主介護者が準備しておくことができる法律上の問題、事前の指示、方法などについて、事務処理の面から説明します。

さらに本章の最後では、主介護者が気持ちの面で求めることを予測することについて、ボランティアに対する基本的アドバイスを紹介します。これは第5章『主介護者に対する配慮』でさらに詳しく取り上げています。

本章の有意性

こうした情報が、ボランティアの介護支援者にどう役立つか

高齢者介護にかかわる日々の仕事を行うという責任は、主介護者の肩に重くのしかかっています。ボランティアが主介護者を支援する場合、主介護者と要介護高齢者のニーズをもっと敏感に感じ取るために主介護者の負う責任を認識し、理解する必要があります。

高齢者介護には長い時間がかかり、しなければならないことがたくさんあることを理解し、要介護者の衛生、安全、快適、全般的安寧にとって適切な状態とは何かを学ぶことにより、どんな時に支援が必要とされ、喜ばれるのかということボランティアが理解することができると思われます。時には、ボランティアも主介護者の担う職務の一部を手伝うよう頼まれることがあるかもしれません。そんなときはもちろん、いろいろと知っておき心構えがあれば、とまどうこともないでしょう。ただし、入浴介助や要介護者の移動などは、ボランティアの介護者支援に含まれないことを覚えておいてください。

さらに、ボランティアがナーシングホーム全体について期待されている点を理解していれば、改善が必要な状態に常に気を配るようになると思われます。このように気を配っていれば、次のような機会を逃さないようになれます。

- 衛生状態や適切な衣服に改善すること
- いっそうの安全性に注意すること
- 要介護者の栄養状態を改善すること
- 不適切な投薬が原因であると思われる要介護者の変化
- 要介護者に運動が必要であること
- さらなる情緒面の支援

基本的な介護内容

人間としての基本的な機能を果たすことが困難な年齢になると、こうした機能を助ける役目が第一線の介護提供者にかかります。主介護者にとっては、日常生活のなかで最も私的な部分であるトイレや入浴などの世話をするということが、とても大変なことです。ボランティアが心得て気を配っていれば、主介護者の補助者として役割を果たすことができます。

仕事も、人も、
親切な行いも、
不要なものなど

Betty J. Conger
Visiting Nurses Association of
West Chester
Neighborhood Hospice
Program
Downington, Pennsylvania

ベッドメイキング

長い時間をベッドで過ごさなくてはならない高齢者にとって、ベッドが快適でリラックスして寝られる場所であるかどうかはとても大切です。シーツやカバーは毎日取り替える必要はありません。湿っておらず清潔であれば、1日に数回シーツのしわを伸ばし、枕を膨らませるだけでよいでしょう¹。

できれば、ベッドメイキングの間、要介護者はベッドから離れておくといよいでしょう。これによって、要介護者は体を動かすことになります。高齢者が入浴している間に、ベッドメイキングをするとよいでしょう。そうすれば、ベッドも要介護者も清潔になります。要介護者が寝たきりの場合には、清拭をしてからシーツやカバーを取り替えてください²。

ベッドで過ごす時間が長くなればなるほど、シーツやカバーを取り替え、洗濯する回数を増やす必要があります。シーツと枕カバーのセットをいくつか用意しておき、できるだけ定期的に取り替えるとよいでしょう。

シーツと枕カバーは、発汗を促すことが少なく高温で洗うことができる綿100%か綿の混紡が最適です。このことは、要介護者が感染症にかかっていたり、失禁したりする場合には特に大切です。ベッドの形に合ったシーツを用いると、床擦れの原因となるシーツやカバーのしわができにくくなります。毛布は2種類、夏用に軽い綿かウールのもので冬用に厚いウールのもので用意してください³。

失禁する要介護者の寝具

要介護者が失禁する場合は、防水マットレスカバーかビニール製の布を用意してください。古いシャワーカーテンやビニール製のテーブルクロスなどで構いません。しわが寄らないように、マットレスをぴったり覆います。ゴム引布やビニール製布の表面に直接寝かせると皮膚を傷めることになるので、絶対にしないでください。クッションとして必ず、シーツを多めに敷いたり、先ほどのビニール製布とシーツとの間にベッドカバーや綿のゴムシーツを挟んだりしておきます。引き抜き敷布とは、ベッドの中央に敷く半分に折ったシーツのことですが、寝具全体を乱すことなく簡単に取り替えられるのでよいアイデアと言えます。

失禁する要介護者に敷布(病院用ベッドシーツ)を用いる場合は、その下に直接、ゴムをしいた綿シーツか処分できるビニールのベッド保護パッドを敷いてください。汚れたらその都度交換する必要があるため、ゴムシーツとベッドシーツはい

¹ Caregiver Connection Training Manual, Aging Consortium of Oklahoma County, April 1989, p.D-7 より許可を得て転載

² A Handbook for the Home Care Aide, National Home Caring Council, Foundation for Hospice and Homecare, 1992, pp.88-89 より許可を得て転載

³ Caregiver's Handbook, Visiting Nurse Associations of America, DK Publishing, Inc. 1997, p.84 より許可を得て転載

くつが用意しておいてください。寝具が湿っていると床ずれのもとになるので、すぐに交換してください。シーツやカバーは汚れたらはずして、洗濯かごに入れておきます⁴。

まず、清潔なシーツをベッドの角に向かってピンとひっぱり、しわがないように伸ばします。一番上にくるシーツは足を自由に動かせるよう、ゆとりをもたせてベッドにたくしこみます。

寝たきりの場合のシーツ交換

1 あらかじめ、清潔なシーツの長い方を端から巻いて棒のようにしておきます。自分の方に要介護者の背中が向くようにします。汚れたシーツを要介護者の背中まで巻き取っていきます。



2 先に巻いておいた清潔なシーツをベッドのふちに置き、シーツを手前に開いて、ベッドにたくし込む分を残しておきます。汚れたシーツを巻いたところまで、新しいシーツを広げます。



3 巻いたシーツを両方越えて寝返りを打つようにして、要介護者を清潔なシーツの上に移します。汚れたシーツをはずして、脱臭剤を入れた洗濯かごに入れます。



4 清潔なシーツの残りの部分をベッド全体に広げてピンと引っ張り、しわを伸ばしてベッドにたくし込みます。そのあと、要介護者が楽な姿勢になるように、もう一度向きを変えます。



Caregiver's Handbook, Visiting Nurse Associations of America, DK Publishing, Inc. 1997, p.85 より許可を得て転載

⁴ The Caregiver's Guide: Helping Elderly Relatives Cope with Health and Safety Problems, Caroline Rob, R. N. with Janet Reynolds, G.N.P., Houghton Mifflin Company, Boston, 1991, pp.333, 329 より許可を得て転載

床ずれの予防

床ずれは、寝たきりの人にとって非常に大きな問題のひとつです。激しい痛みを伴う床ずれは、圧迫され続けて皮膚の血液循環が悪くなり、皮膚が壊死して起こります。悪化すると皮膚に水疱ができてそれが破れ、治るまでには長い時間がかかります。また、床ずれがあると、要介護者が感染症にかかる危険性が非常に高くなります⁵。

床ずれの予防法

身体を動かす。

ベッドの上で何度も要介護者に寝返りを打たせ、長い間同じ部分に圧力がかからないようにする。

敷シーツをピンと引っばって、パンなどのかけらや食べ物がはさまっていたりしわができていたりしていないかどうか確認する。

要介護者の皮膚を必ず清潔にし、乾燥させておく。水洗いできるムートンバットを下に敷いておくと、湿気が吸収される。

体幹部、尾骨、仙骨、肩、かかとやひじなど、骨が出っ張っていてよく圧迫される箇所を、スキンローションを使って頻繁にマッサージして血行を刺激すること。

皮膚への圧迫を軽減し、炎症を起こさないよう皮膚を保護すること。骨が出っ張った部分の下にフォームラバーマットを置くと、圧迫を軽減することができる。

十分な栄養を与えて、体組織を良好な状態に維持する。

圧迫された部分が赤くなったり色がおかしくなったりしたら、すぐに医師が訪問看護婦に知らせること。

A Handbook for the Home Care Aide, National HomeCaring Council, Foundation for Hospice and Homecare, 1992, p.88 より許可を得て改編。

介護用ベッドについて

要介護者が長い時間をベッドで過ごす場合には、上げ下げ可能なサイドレールが付いた電動の介護用レンタルベッドが介護施設などにもよく使用されています。このベッドはボタンを押すだけで要介護者の足の方や頭の方を上げることも、ベッドの高さを調節することもできます。また、介護用ベッドなら、ベッドの上で要介護者を介助（食事、清拭、体位交換など）するのも楽です。腰の高さでベッドメイキングをすると、腰にかかる負担も少なくなります。⁶

⁵ Caregiver's Handbook, Visiting Nurse Associations of America, DK Publishing, Inc., 1997, P.113 より許可を得て改編。

⁶ The Caregiver's Guide: Helping Elderly Relatives Cope with Health and Safety Problems, Caroline Rob, R. N. with Janet Reynolds, G.N.P., Boston, Houghton Mifflin Company, 1991, p.331 より許可を得て改編。