

## 17-第5-D⑫-5 一般演題

10月17日(金) 11:00~12:00 第5会場 アイーナ8階 803

認知症⑫ 【座長】 五島 敏郎 (介護老人保健施設うらわの里)

第1群: 101 入所

第2群: 203 一般的検討 (意義・必要性・変化・効果・比較)

第3群: D3315 認知症 その他の認知症ケア関連

# ユマニチュードに習う

～あなたはまだそんな(損)な介護を続けるのですか?～

介護老人保健施設 若草園

山中 香里

重度認知症の方に対するケアが拒否され、ご利用者様・職員双方のストレスとなる状況に陥りがちである。そこで、ユマニチュードに習い取り組んだ結果、双方に好ましい変化が表れたので今後の課題と共に報告する。

### 【はじめに】

入所介護職として日頃、重度認知症のご利用者様へのケアが上手くいかず、暴言や時にそれ以上の抵抗に合い辛い気持ちに陥る場面がある。又、同じような対応を繰り返した場合、ご利用者様に不快な思いをさせ、その気持ちは再び私達への抵抗へと向けられる。そして、その悪循環は利用者の安全確保や快適で穏やかなサービス提供の妨げとなってしまう。

その打開策として新たな認知症ケアである「ユマニチュード」に着目した。

「ユマニチュード」とはフランスで生まれた介護メソッドで「認知機能が低下したためにケアを行う人が届けようとする優しさを理解できない高齢者に対して、その人が理解できる形で優しさを伝える技術は誰にでも習得できる」としている。その4つの基礎とされるのが「見る」「話す」「触れる」「立つ」で認知機能が低下した高齢者には以下のような印象や意味がある。

「見る」 相手と正面で同じ高さに視線を置けば安心感を与え、その他の位置からは侮辱や軽蔑、等の印象を与える。

「話す」 ケアの内容を相手に伝えてから相手に触れる。その場合ポジティブな言葉に変換する事で好印象を与える。

例:「体を拭きます」→「マッサージをさせて下さい」

「触れる」 恐怖感を与えないように「腕を掴まない」ことを原則とし、ケアが終わるまで体のどこかを擦る等する事で、リラックスしてもらえらる。

「立つ」 立つことにより視界が広くなり頭に入る情報量を増やすことができる。立つ事を抑制する事は筋力低下を及ぼし健康を妨げる。

### 【目的】

ユマニチュードの技法を用いて、関わりを持つことでご利用者様とのより良い関係を築き、双方にとってストレスの無いケアを行える環境をつくる。

取り組みと結果について考察し、認知症介護に対する今後の職員のやりがいに繋げる。

### 【方法・対象者】

今回、業務中に取り入れやすく、職員のケア内容に変化をつける事が可能であると考えた「見る」「話す」「触れる」の3つの方法を選んだ。職員には資料等に加えテレビで放送された映像を視聴してもらい周知を行い実践した。

#### <実践内容>

「見る」 正面で目の高さを同じにして近い距離から笑顔で見つめる。

「話す」 優しく前向きな言葉を使い繰り返し話しかけ、これから行う事や触る部分を先に伝える。

「触れる」 手をつなぐ・優しく背中をさする等のスキンシップを図る。

#### <対象者>

基本的には全ご利用者様対象であるが、指示が理解できず、立ち上がり頻繁に見られるM氏・車いす自走徘徊が見られ昼夜共にオムツを外してしまうK氏・介助拒否や強い抵抗の見られるA氏計3名の介助場面と、その状況や効果について1ヶ月間実践記録を残すことにした。又職員への効果を確認する為、入所介護として勤務する18名に以下のアンケート

を実施した。

#### <アンケート内容>

- 介護職としてのやりがい
- ご利用者様との関わりの中「嬉しい、楽しい時」或いは「辛い、悲しい時」とはどのような場面か
- ユマニチュード実践への興味（取り組み前・後 合計2回）

#### 【結果】

3名それぞれに変化が見られたが、中でも大きい変化の見られたA氏の実践記録より

A氏：女性 95歳 日常生活自立度3a 要介護度4

日中、車いすで移動するが自走は出来ずホールで過ごされている。最近は自ら話すことも少なく、言葉を発しても声にならず口をパクパクと動かすだけの時もある。しかし、立腹状態になると、何か小声で文句を言いながらテーブルを掌が赤くなるほど叩いたり、職員の介助の手を払う・抓る・爪を立てる、唾を吐く等の抵抗が見られる。

A氏に対してユマニチュードを実践したところ、排泄（トイレ）介助では視線を合わせ、優しくゆっくり話しかけることにより職員の存在を認め、声掛けにも素直に「はい」や「ありがとう」と返答や笑顔も見られた。立位も安定しスムーズに介助を行えた。また食事の際にも立腹なく穏やかな様子が見られ、抵抗が強かった口腔ケアでも義歯を預かる際に、しっかりと見つめ、そっと触れながら「綺麗に洗って返すからね」と声をかけると、嘘のように自ら義歯を外し手渡されたという場面もあった。

#### 【考察・まとめ】

今回の取り組みが1ヶ月間だったにも関わらず、A氏のように排泄・食事等いろいろな場面で明らかに変化が表れた。職員へのアンケートにも、「笑顔が見られ思いが伝わった」「コミュニケーションが取れケアがスムーズに行えた」「問題行動が軽減した」「ユマニチュードを今後も実践したい」等の前向きな意見が聞かれた。これまで「見る」「話す」「触れる」について何気なく行っていた事が大事な事で、意味のある事だと気づいた者もいたに違いない。

一方で「やはり暴力を受けた」「気持ちが伴わず業務的になってしまった」「ゆったり対応してられない」等の意見が挙がった。常に時間に追われた現場では「次のご利用者様対応や業務もあるし、他の職員が忙しく動き回っているのに、ここで時間をかけてはられない」となりがちである。しかし、技法を持たない人と持つ人が同じ時間、ご利用者様に関われば、回数を重ねる度に、ご利用者様へ与える影響は大きくなるに違いない。これまでのケアが一方的で「見ているつもり」「伝えているつもり」「安心してもらおうとしているつもり」である為に思いが伝わらず、結果として双方のストレスに繋がるという悪循環から抜け出すヒントを得る事ができたと感じる。

多忙で一人ひとりに関わる時間が少ないからこそ、今後もユマニチュードの技術をより深く学び、施設全体で意識統一してケアを実施する事で、ご利用者様に心地よく感じて頂きたい。そして、ご利用者様の笑顔に喜びとやり甲斐を感じる事ができる入所サービスを作っていきたい。