

第 1 群 : 101 入所

第 2 群 : 202 症例・事例による貴重な意見

第 3 群 : 366 リスクマネジメント 転倒予防

## 夜間転倒予防を目的とした日中の活動量へのアプローチ

<sup>1</sup>介護老人保健施設 マロニエ苑、<sup>2</sup>国際医療福祉大学塩谷病院  
坂川 昌隆<sup>1</sup>、石坂 正大<sup>2</sup>

抄録要旨：夜間の良眠と転倒予防のため、1ヶ月の間に日中の活動量増やす試みを行った。その結果、療養棟スタッフのアンケートから、夜間の良眠につながる結果となった。

【はじめに】当苑は入所 200 床の介護老人保健施設であり、4 フロアに分かれている。このうち 1 フロアは認知症などにより危険行動が多い対象者が優先的に入所するフロア（以下、認知フロア）となっている。当苑では毎月 1 回、転倒転落事故防止委員会を開くとともに、曜日・時間毎に転倒件数を調べ、対策を行ってきた。同委員会の中で時間毎の転倒件数を調べた結果、夜間帯である 21 時から翌日の 5 時まで（以下、夜間帯）の転倒が認知フロア以外の他 3 フロアの 5 件（全時間の転倒の 10%）と比較し、認知フロアでは 18 件（全時間の転倒の 36%）と多いことが明らかになった。夜間帯の転倒の件数が多い理由として日中の活動量の低下と、それに伴う昼夜逆転により、スタッフ数の少ない夜間帯の時間帯に療養者の活動が活発になることが考えられた。そこで日中の活動量を増やし、夜間の良眠・転倒予防への取り組みを行ったのでここに報告する。【対象と方法】対象は認知フロアの入所者約 50 人。そのうち特に夜間帯の転倒が多い 5 名に対して直接取り組みを行った（以下、直接介入群）。取り組みの時間は 16 時 30 分から 17 時 15 分の 45 分間。この時間は当フロアの申し送りとおムツ交換の時間に当たる。取り組みの内容は音楽をかけながら、車いす駆動・歩行・風船バレー等を実施。実施期間は 1 か月間とした。取り組み前後の効果判定のため、取り組み前後での日中・夜間帯の転倒件数を比較した。また当フロアのスタッフ全員に対して、取り組み前後で対象者全員の介護負担度を 1 から 10 の 10 段階評価にて聴取するとともに、取り組み後に 1)良かった点 2)良くなかった点 3)今後の継続の希望についてのアンケートを実施した。【結果】転倒件数は取り組み以前の 1 か月平均の転倒件数は 9.5 件であったのに対し、取り組み期間 1 か月間の転倒件数は 5 件であった。このうち夜間の転倒件数は取り組み前と、取り組み後を比較し、大きな差は見られなかった。直接介入群とその他の群の介護負担度は取り組み前でそれぞれ  $5.8 \pm 2.0$  と  $5.1 \pm 1.2$ 、取り組み後でそれぞれ  $6.0 \pm 1.8$  と  $5.5 \pm 1.3$  であった。またアンケートでは良かった点として主に、対象者が夜間眠れるようになった、対象者の笑顔が増えた、職員に気持ちのゆとりができたなどが主にあがった。また良くなかった点として興奮して眠れない人がいたや、かけていた音楽が騒がしかったなどがあげられた。また今後の継続の希望として、スタッフ全員が今後の継続を希望した。【考察】アンケートの結果から日中の活動量を増加させることにより、夜間の良眠を促せる可能性は示唆されたが、夜間の転倒件数はなくならなかった。この主な要因として本取り組みは 1 か月間という短い期間であり、対象者の生活のリズムを変えるまでには及ばなかったのではないかと考える。よって今後はより長い期間にわたって取り組みを行い、対象者の生活習慣を変えていく必要があると考える。しかしリハビリスタッフのみで毎日このような介入を行っていくのは難しいと考える。そこで今後はフロアのスタッフとともに連携して、より生活の場面の中で取り組みを行っていく必要があると考える。【結語】当施設のように、療養者の昼夜逆転が問題となっていることは多々あると考えるので、参考にしていただきたい。