

「質の高いケア」と腰痛 そして移乗関連用具



第2回 埼玉県介護施設SAFE協議会

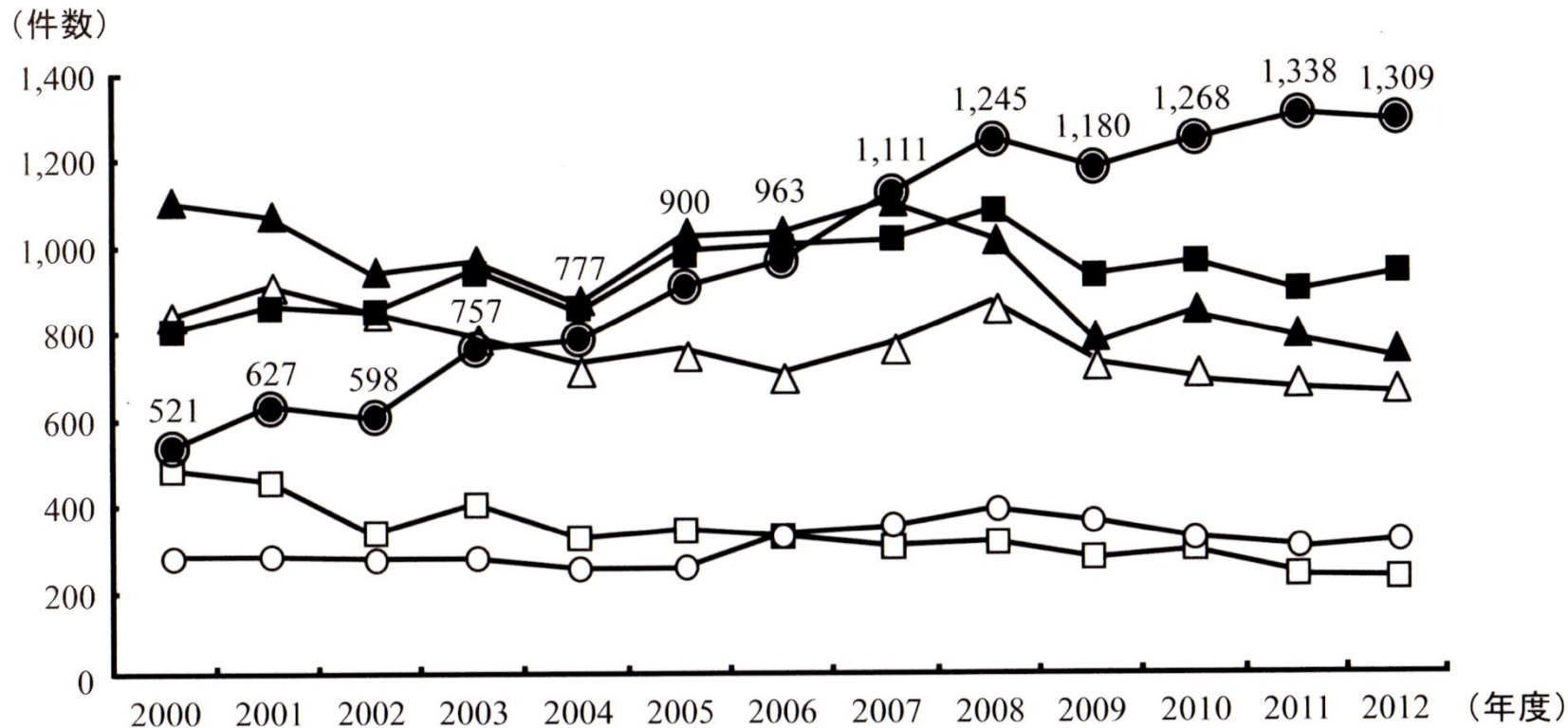
By NPO法人とちぎノーマライゼーション研究会

介護スタッフは腰痛で苦しむ運命なのか？



介護職場において、介護者の腰痛が増えている

◆図1 主要業種別の休業4日以上を伴う業務上腰痛発生件数



保健衛生業には、社会福祉施設、病院、診療所、浴場業等の事業場が含まれ、
社会福祉施設には、老人福祉施設、児童福祉施設、障害者施設等が含まれる。

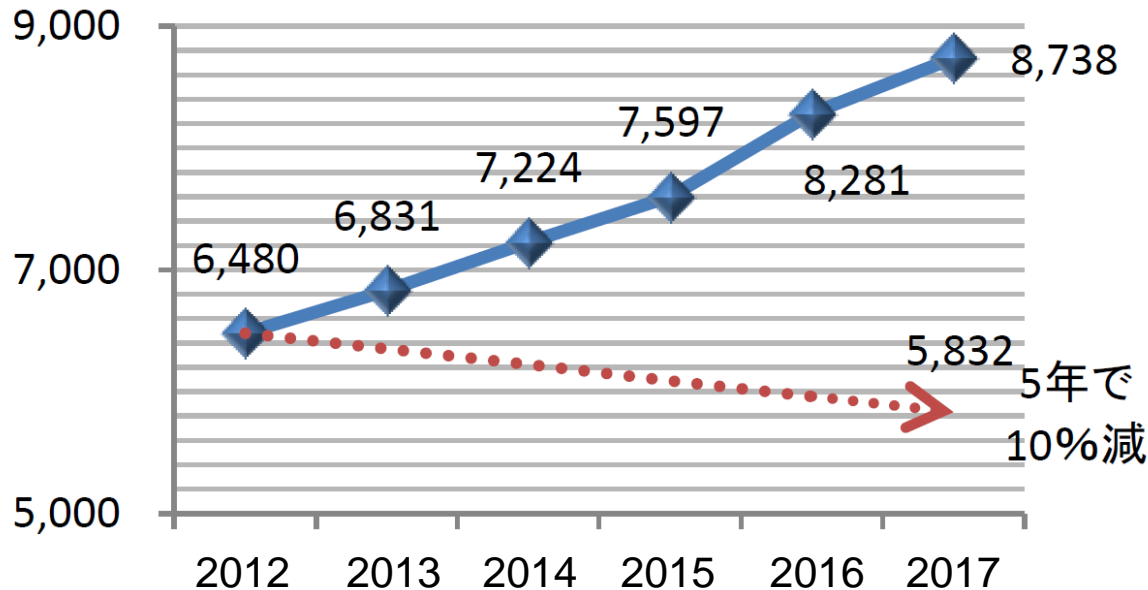
(厚生労働省「業務上疾病発生状況調査」をもとに作成)

介護スタッフは腰痛で苦しむ運命なのか？



第12次労働災害防止計画に関する状況(平成29年確定値比較)

社会福祉施設



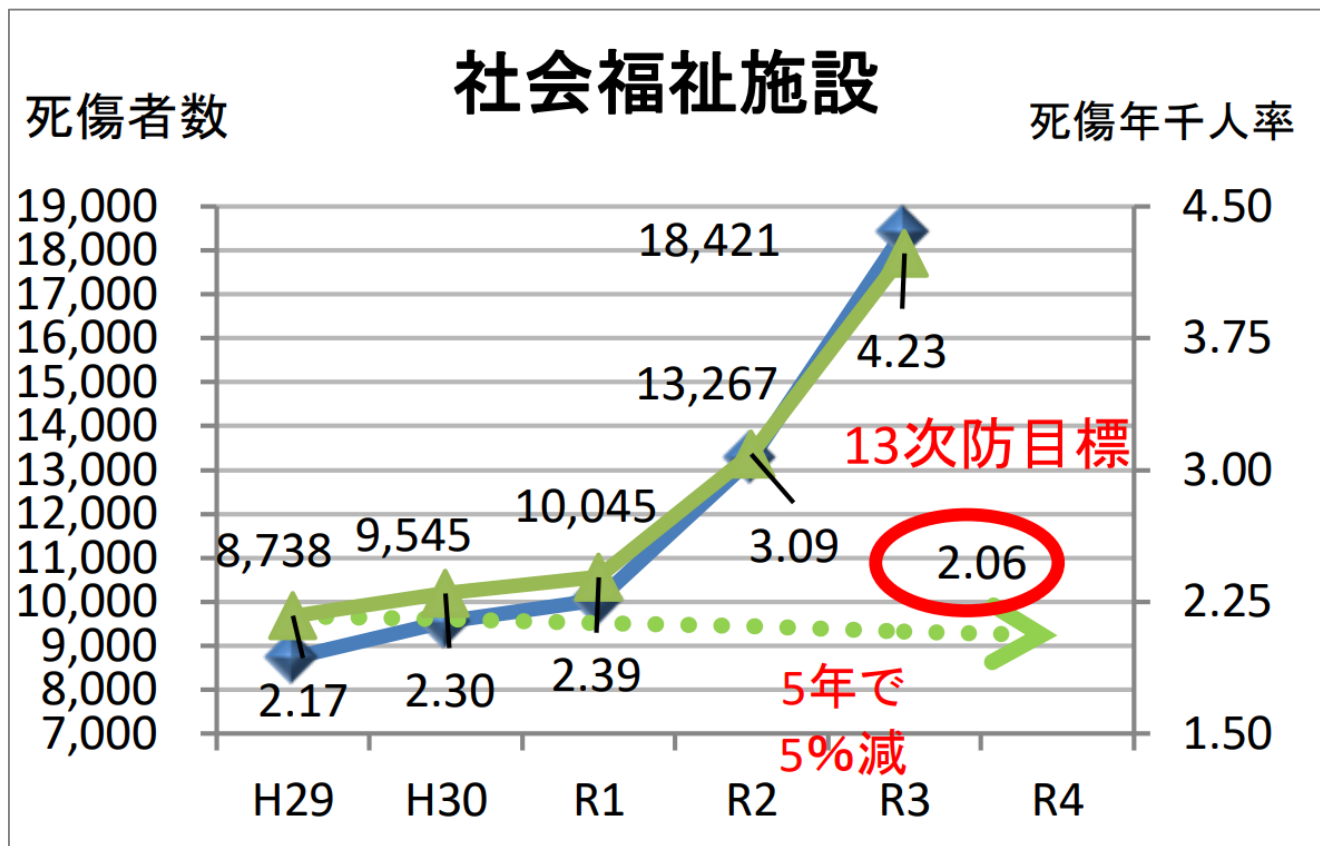
およそ、1/3が「動作の反動・無理な動作」(腰痛の主な要因と考えられる)
1/3が「転倒」
その他「交通事故」「墜落・転落」等

休業4日以上の死傷災害

- 平成24年よりも0.7%増加
- 陸上貨物運送事業は同6.3%増加、小売業は同6.0%増加
- 社会福祉施設は同34.8%増加、飲食店は同7.9%増加



第13次労働災害防止計画（最新状況）



2021年は前年比38.8%の大幅増！
腰痛に加え、転倒も大きな課題に！

—◆— 死傷者数
—▲— 年千人率

介護スタッフは腰痛で苦しむ運命なのか？



なぜ、社会福祉施設が突出しての腰痛発生件数が増加しているのだろうか？

社会福祉施設従業者
の腰痛発生件数

介護労働者
数の伸び

1.8倍

2.8倍

なぜ？

1980年代老人病院の実態

- ◆ 在宅で生活できない障害高齢者の居場所は老人病院
- ◆ 食事はベッド上（食堂はない）
- ◆ 入浴は、自力で出来る人だけ
- ◆ 薬漬けの医療



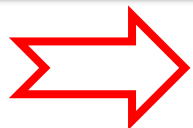
寝たきりゼロ作戦
(1989年～)

身体拘束ゼロへ
(2001年～)

介護保険制度
(2000年～)

要介護者の重度化

ケアの質の向上



これではいけない！

介護スタッフは腰痛で苦しむ運命なのか？



社会福祉施設の腰痛発生件数は、介護者数の増加割合以上に増えている

社会福祉施設従業者
の腰痛発生件数

介護労働者
数の伸び

1.8倍

2.8倍

なぜ？

要介護者の重度化

寝たきりゼロ作戦
(1989年～)

身体拘束ゼロへ
(2001年～)

介護保険制度
(2000年～)

QOL向上のための
移乗回数
の増加

車椅子乗車
時間の増加

適切な福祉用具の
利用が進まなかった

人力による移乗介助
の負担が増大、介護
スタッフの負担が増加

身体に合わない車い
すでの長時間座位、
特に股関節の拘縮が
多く発生

介護スタッフは腰痛で苦しむ運命なのか？



腰への過大な負荷～腰痛の引き起こす動作や作業姿勢～

◆図3 腰痛を引き起こす動作や作業姿勢



1人での抱え上げは、腰に過度の負担となり、また不安定で危険です。



2人での抱え上げでも、前傾や中腰姿勢では腰への負担は大きくなります。



床からの持ち上げは、腰に大きな負担となります。



身体の高い人の移乗では、全身に過度の負担がかかります。



お風呂場では滑りやすく、バランスを崩し、とっさに力が入って腰を痛めます。

これらは、すべて「移乗」に関する介助動作です！

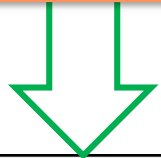


「質の高いケア」と「腰痛の課題」は密接に関係し、
両方を合わせて考える必要があります。

質の高いケアを追求



移乗回数の増加



介護スタッフの
腰痛悪化



結論

ケアの質の向上 = 移乗回数のさらなる増加

介護スタッフの腰痛の問題を
根本的に解決しなければ
今より以上の
質の高いケアを実現することは
難しいと思う・・・

マンパワーを増やすことは難しい

**福祉用具の更なる活用は
待ったなしの
避けて通れない課題です！**





そうは言っても・・・
実際、福祉用具って、
現場で役に立たないもの・・・。

福祉用具は、導入したらすぐに効果を発揮する魔法の道具ではありません。

福祉用具を活用するためには、実はいくつかのハードルがあるのです。



「福祉用具が役に立たない」～理由はどこにある？



介護者側の理由・・・

- 使い方をしっかりと教わっていない。見よう見まねで使っている
- 被介護者の心身機能に合わせた使い方がわからない
- 使うのか使わないのか、現場まかせ、個人まかせ
- みんなが使わないのに、自分だけでは使いづらい

被介護者側の理由・・・

- 使える心身機能かどうかのアセスメントがされていない
- そもそも用具が使える心身機能ではない
- 介助方法が人によって違うので、どう動いて良いかわからない

使用環境の理由・・・

- 収納場所が遠くて、準備するだけで大変
- 同時に使う福祉用具の機能が合っていないので、使いにくい
- スペースが狭くて大変・・・。



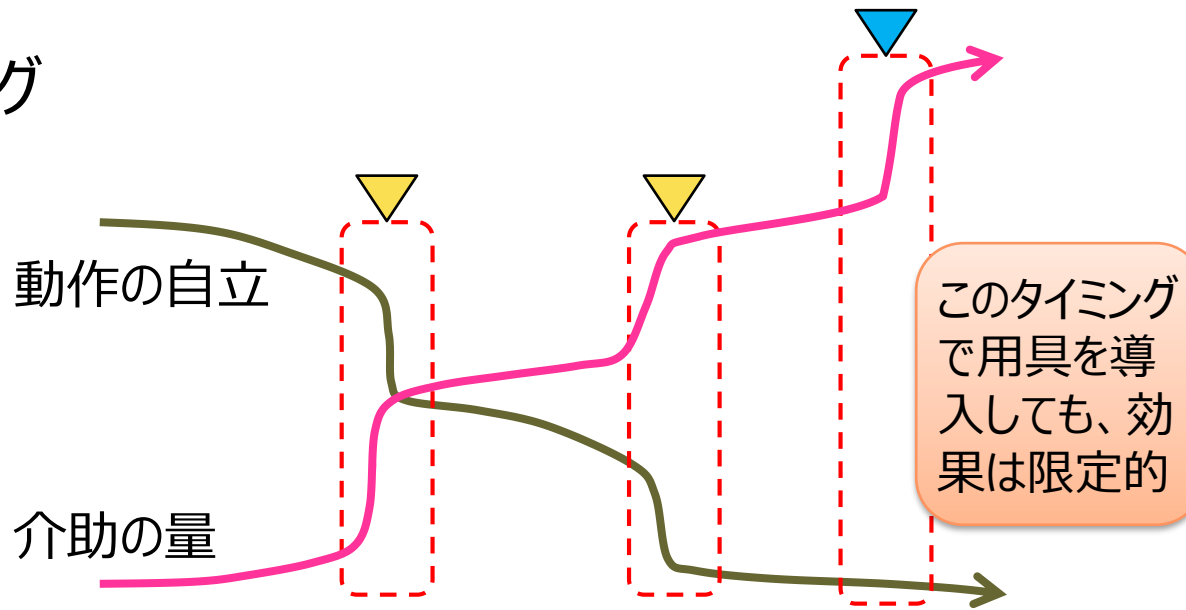
福祉用具は、「できること」を奪わないために使う！

福祉用具導入のタイミング

人的介助優先モデル

▼ 介助方法の変更

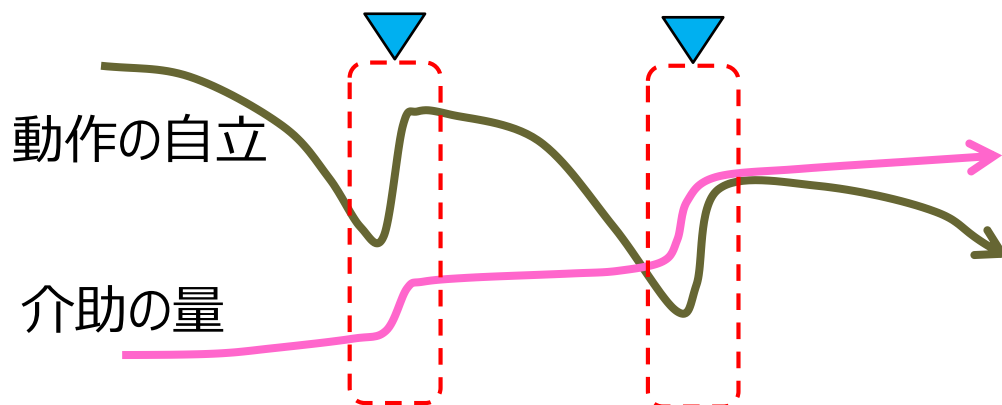
介助者が「安全に自立動作を継続できない」と判断した時点で人的介助が増え、動作の自立が低下する。



環境整備優先モデル

▼ 用具や環境の工夫

動作する環境を整備することで「できること」の継続を図り、介助量の増加を最小限にとどめる。



「福祉用具が役に立たない」～理由はどこにある？



知識

- 用具の役割、取扱い方法、仕様や特徴
- 利用できる要介助者の心身機能の条件
- 利用するために前提となる環境（広さや、同時に使う用具の条件、条件ごとの使いやすさなど）
- 技術の原理（その用具の使い方や手技が、なぜそのような形になるのか・・・など）

技術

- 基本的な取り扱い方法の習得
- 被介護者の心身機能に合った応用の開発と習得

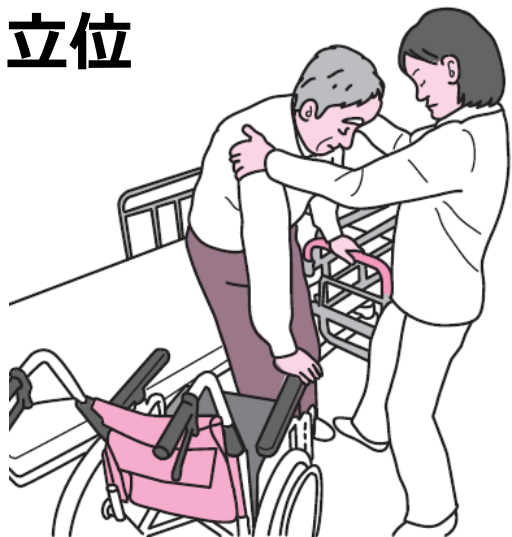
「コツが知りたい」とは言われるけれど・・・。

要介護者の心身機能には多様、「表面的な知識」や「形だけの技術」では、福祉用具を活用し役立てることはできません。形ではなく原理を理解することが不可欠です

「移乗」のための福祉用具

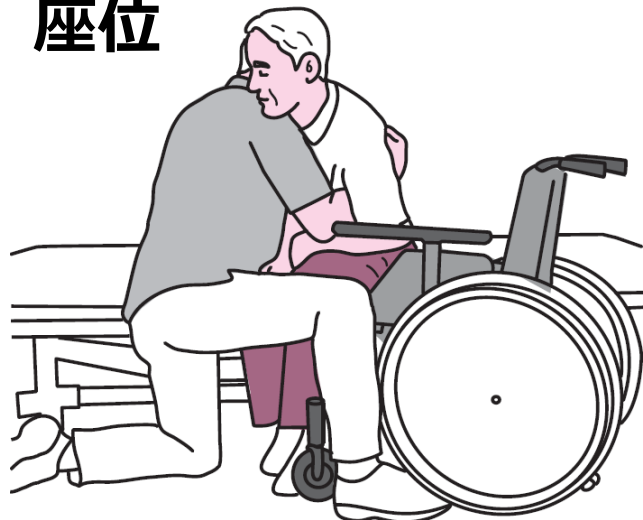
身体機能に合わせた移乗の方法が大切です

立位



ベッド高さ・手すりなど

座位



移乗ボード・移乗シート



リフト



門型リフト



ベッド固定型リフト



床走行型リフト



スタンディングエイド

「移乗」のための福祉用具



介護ベッドの機能を見直そう

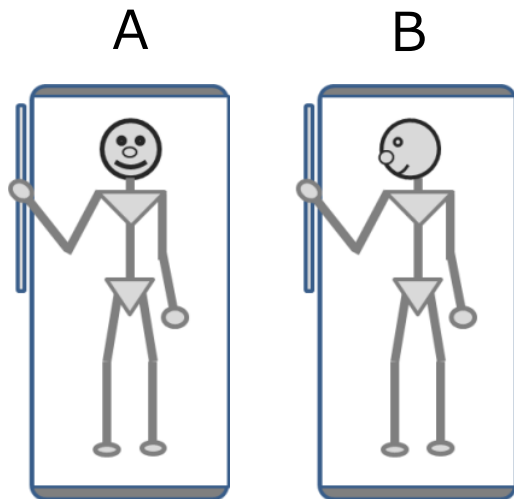
1. サイドレール

「こんな問題、簡単！」でも、どのくらい違うのか、楽になるのかは、体験してみないとわからない。ぜひ、体験してみてください。「この違い、きっとあなたの予想以上！」

【工夫②】

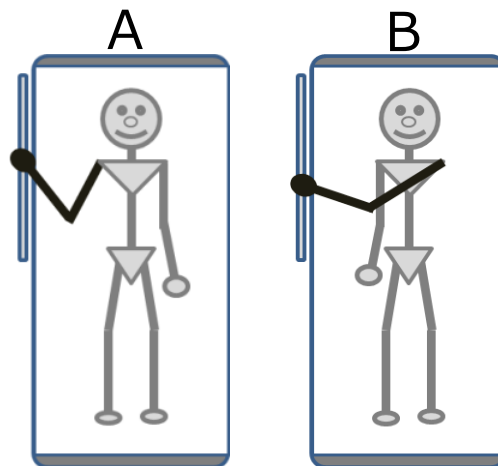
どっちが
楽じゃろか？

A: 上を向く？
B: 寝返る方を
向く？



【工夫①】
どっちが
楽じゃろか？

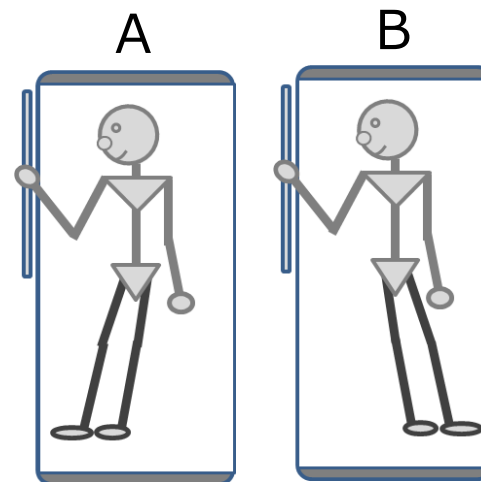
A: 右手？
B: 左手？



【工夫③】

どっちが
楽じゃろか？

A: 脚の位置
寝返る方に
寄せる？
B: 反対方向
に寄せる？



「移乗」のための福祉用具



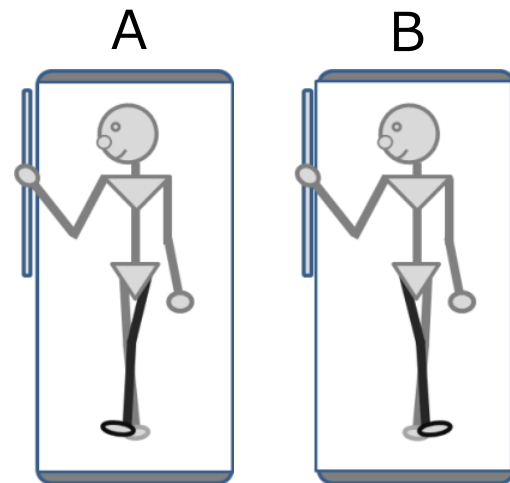
介護ベッドの機能を見直そう

1. サイドレール

「こんな問題、簡単！」でも、どのくらい違うのか、楽になるのかは、体験してみないとわからない。ぜひ、体験してみてください。「この違い、きっとあなたの予想以上！」

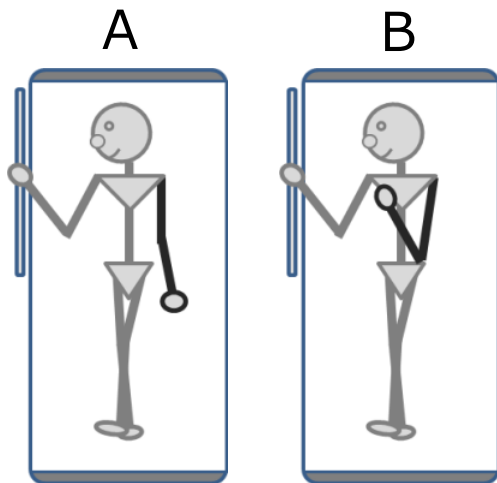
【工夫④】
どっちが
楽じゃろか？

脚が組めたら
A:左が上？
B:右が上？



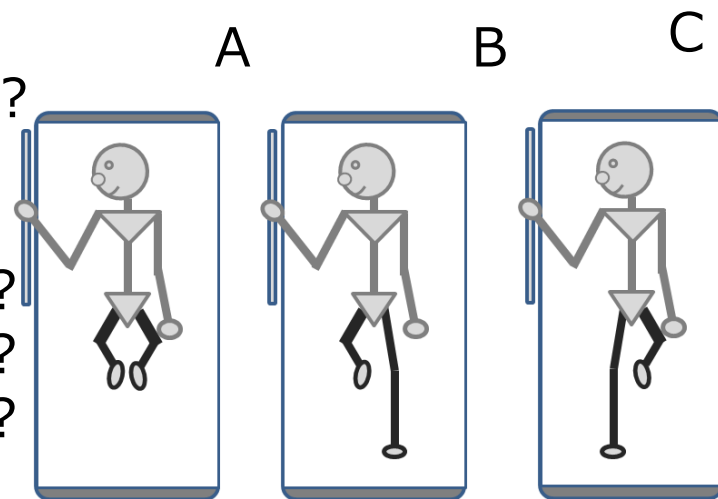
【工夫⑤】
どっちが
楽じゃろか？

腕の位置
A:横？
B:胸の上？



【工夫⑥】
どっちが
楽じゃろか？

脚の形
両膝立て？
右膝立て？
左膝立て？

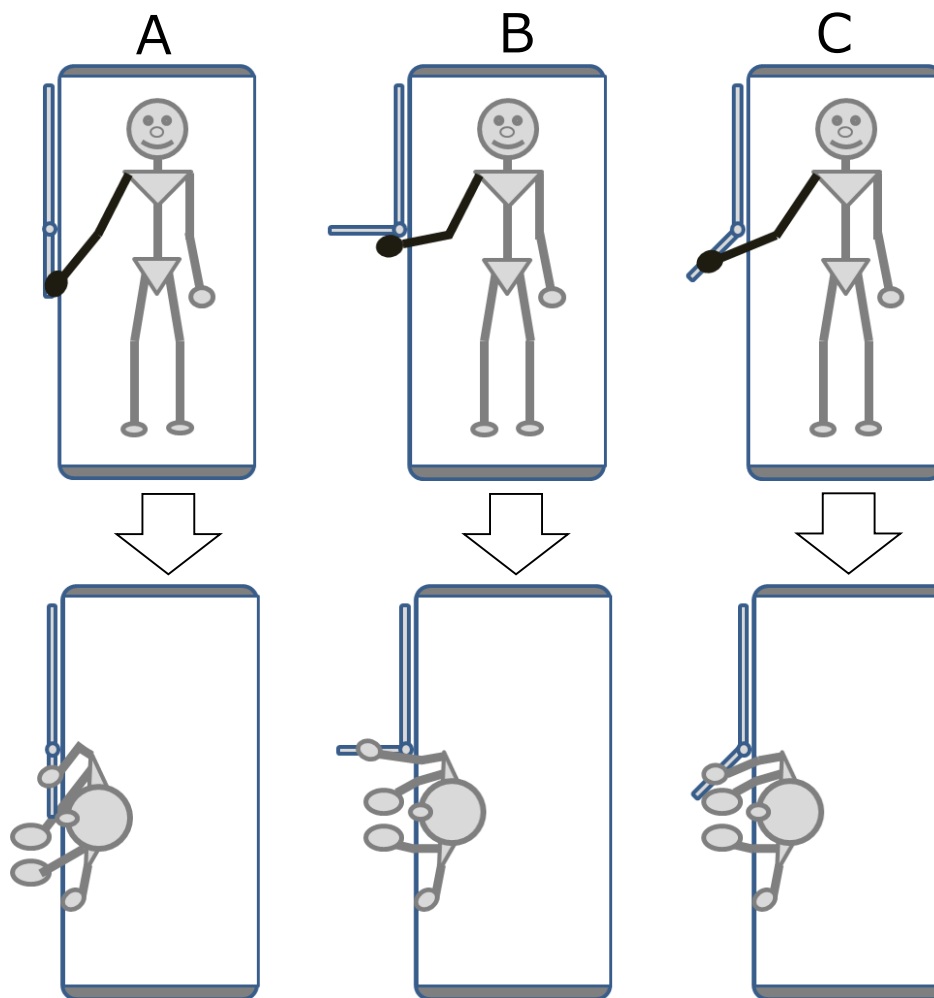


介護ベッドの機能を見直そう

2. 介助バー

【応用】

- 斜め位置は何のため？
- 起き上がりで力が入りやすいのは？
- 背上げを併用すると、さらに起き上がりやすい！



- 「起き上がりやすい角度」と、「立ち上がりやすい角度」が違います。
- 端座位の時に、立ち上がりやすい角度に変えることも大切です。



介護ベッドの機能を見直そう

3. ハイ・ロー機能

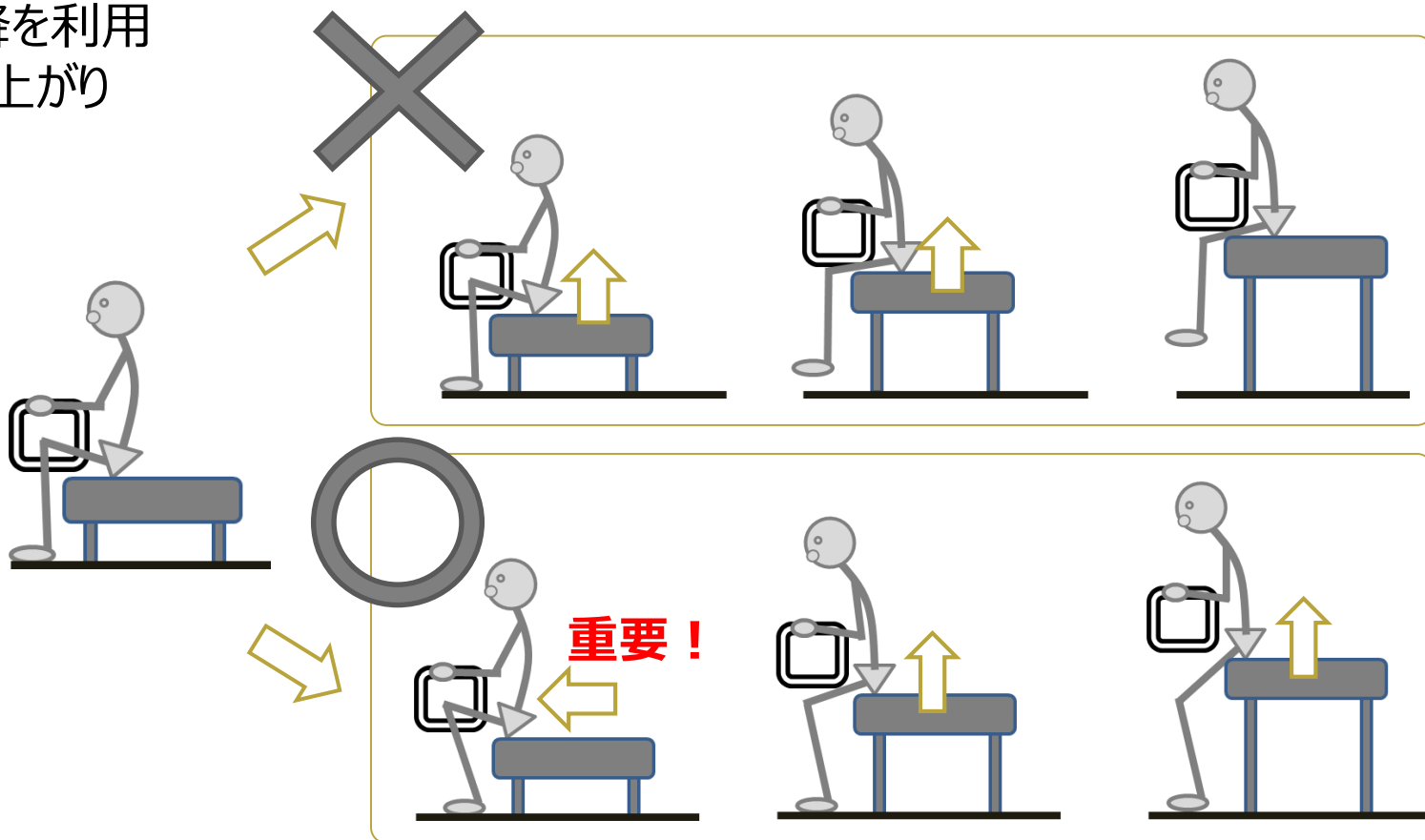
【基本】

- 端座位が安定する高さ
- 立上りしやすい高さ
- 介助しやすい高さ

【応用】

- 高さ昇降を利用した立ち上がり

 介助バー



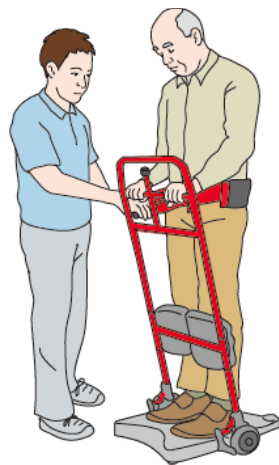
「移乗」のための福祉用具

スタンディングリフト

○非電動（手動）タイプ



前方サポートタイプ



後方サポートタイプ

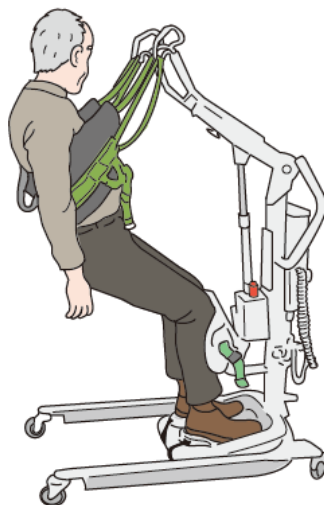


後方サポートタイプ

○電動タイプ



前方サポートタイプ



後方サポートタイプ

サポートの形態は2タイプ
どちらも、膝パッドにより膝
関節を支持点としている。

前方サポート

- ◆ 身体の前方にある体幹
パッドなどで、胸部に上
半身の重さをのせて支
持するタイプ

後方サポート

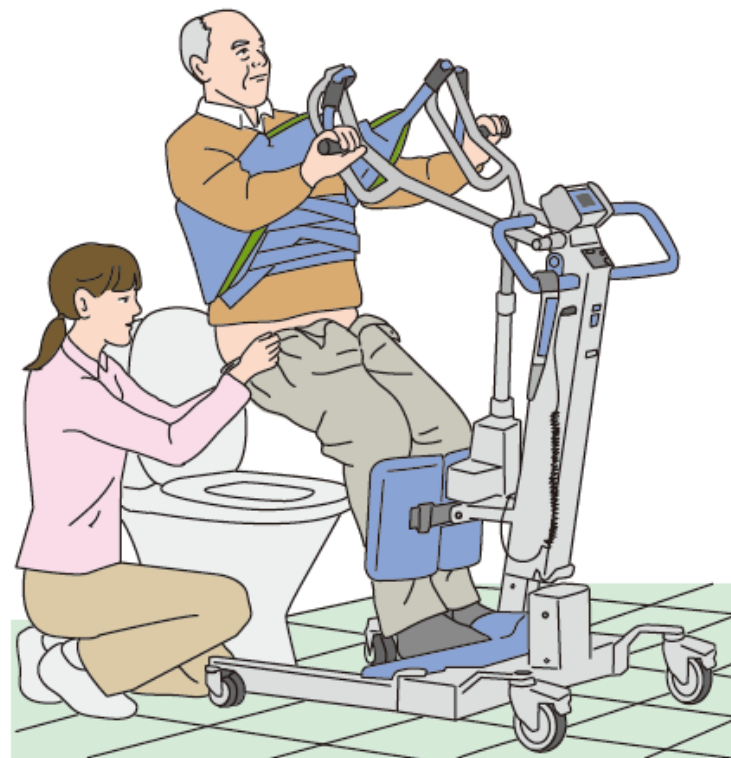
- ◆ 身体の後方にあるスリ
ングや椅子などで、臀部
や背部を支持するタイ
プ

参考：「はじめてのスタンディングリフト」
（公益財団法人テクノエイド協会発行
福祉用具シリーズvol23）

スタンディングリフト

1.機能

- ①立ち上がりを補助する機能（お尻を浮かせる）
 - トイレへの移乗ができる！
 - ～膝を固定し支点とすることで、骨盤位置を上方に持ち上げやすくする
 - ～上方へ引き上げる作用のかけ方に、機種による違いがある
- ②短距離の移動と方向転換を行なう機能
 - ～車いすや床走行リフトと比較して、小さなスペースでの方向転換が可能（段差や柔らかい床面はNG）
- ③立位の保持を補助する機能
 - ～排泄や入浴時の下衣の着脱がしやすくなる



スタンディングリフト

2. スタンディングリフトの利用が可能な状態像

- ① 座位が取れ足を床に付けることができる
- ② 立位姿勢をとることができる
(膝・股関節の可動域の必要性は機種により異なる)
- ③ 下肢に体重を掛けることができる
(膝関節の疾患に注意が必要)
- ④ 手すりにつかまれば立ち上がりができる
- ⑤ 手引き程度の介助で立ち上がりができる
- ⑥ 引き上げる介助で立ち上がりができる
(必要な体幹や上肢の機能は機種により異なる)
- ⑦ 姿勢や力加減などの留意点がある程度理解できる。
- ⑧ 利用に対し拒否がない



参考：「はじめてのスタンディングリフト」

(公益財団法人テクノエイド協会発行福祉用具シリーズvol23)