

第1分科会③-16		ねじれ腸体操で、まさかの成果にびっくりポン	
便秘 介護力 ねじれ腸体操		自然排便への取り組み	
山口県 岩国市		特別養護老人ホームビオラ・ユウ	
介護福祉士 野上 智早		ユニットリーダー 深川 満寿美	
		介護福祉士 中村 信一郎	
E-mail biorayuu@peace.ocn.ne.jp Fax0827-62-1134			

<p>今回の発表の施設 またはサービスの 概要</p>	<p>当施設は、平成20年4月に開設。指定地域密着型介護老人福祉施設、入居者3ユニット29人。山や海、田畑などの自然に囲まれ、季節の移り変わりを肌で感じる事が出来る自然豊かな場所にあります。当施設の経営理念である『愛と誠実』に基づき、明るく楽しく生き甲斐を持って生活できる施設です。</p>
<p style="text-align: center;"><取り組み課題></p> <p>これまで、排便困難な個人に対し、何の疑問もなく排便コントロールと称し下剤を服用していた現状に職員は声を挙げる事が出来なかった…。下剤服用の前に、自分達の介護力で出来る事が、まだまだあるのではないかと？夜間、個人が不穏や不眠になるのは、下剤が関係しているのではないかと？眠れない個人の声を傾聴出来ていないのはどうしてなのか？この問題に立ち向かい意気揚々と取り組んだ課題ではあったが、失敗の連続だった。先が見えなくなってしまった時に出会った、ねじれ腸体操…この体操との出会いによってモチベーションがダウンし、一時はバラバラになってしまった職員の気持ちが一つになった。更にどうやっても結果が出なかった個人に奇跡が…！失敗だらけの中から導き出した便秘解消法を報告する。</p> <p style="text-align: center;"><具体的な取り組み></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 腹部温罨法、腹部「のの字」マッサージ 2. 排便体操 3. 日中活動（風船バレー、散歩） 4. ストレス解消（タクティールケア、音楽鑑賞） 5. オリゴ糖、食物繊維を取り入れ 6. ねじれ腸体操 	<p style="text-align: center;"><活動の成果と評価></p> <p>(取り組み方法1. ～ 4. 実施結果) I様…2日に1回の排便（硬便） →毎日少量ずつ排便。</p> <p>(取り組み方法1. ～ 5. 実施結果) K様…4日排便なく、臨時で下剤を服用 →2日に1回定期下剤のみで排便。 H様…3日排便なく、臨時で下剤を服用 →定期下剤のみで毎日、少量ずつ（4～5回）に分けて排便。</p> <p>(取り組み方法1. ～ 6. 実施結果) S様…硬いコロコロ便 →3cm程度の有形便。 M様…便秘から下痢になり、トイレ頻回 →2日に1回の有形便。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・便の性状が改善できた。 ・個人に合った下剤服用量を探る事が出来、効率的な排便コントロールが出来るようになった。効果の表れ方が一律ではない為、個別の対応が必要である。 ・アセスメントを繰り返す事で、個人に合った方法で排便を促す事が出来る。 ・効果が表れず挫折した時に、ユニットの職員が感じているストレスを吐き出す機会を作る事により、再度チームの結束を固める事が出来た。 <p style="text-align: center;"><今後の課題></p> <p>今回の取り組みを持続させ、入居者全体に浸透させる為には、どうしたらよいか個別の計画を立てていく必要があると考えられる。</p>