

添付資料 4.4-2 入浴介護シナリオ（第1回～第4回）

ビデオ1 「入浴準備編」（1/31版 決定稿）

(85)

画像	高齢者	ヘルパー	ナレーション
<p>(TC 00:00:59:15) 湯気が立つ風呂 「入浴準備編」 入浴までの準備</p> <p>(TC 00:01:19:21) 入浴のメリット 皮膚の清潔 血液の良好な循環 疲労回復 気分爽快 リラックス</p> <p>(TC 00:01:59:18) 入浴のデメリット 体調不良が起こりやすい 事故の可能性</p>			<p>人間にとって入浴は身体の清潔を保つだけでなく、気分をリフレッシュしたりするために重要な生活の一部です。この入浴準備編では、高齢者の入浴を介助する時の基本を学びます。</p> <p>入浴のメリットについてご説明します。 まず身体を洗うことで皮膚が清潔になり気分も爽やかになります。 次にお湯の中で温まることにより、血液の循環が良くなり身体が温まります。 さらに浮力の働きにより筋肉の負担を軽減し、疲労回復にも役立ちます。 また副交感神経が働くことによりリラックスした気分にもなるのです。</p> <p>デメリットには次のようなものがあります。 入浴することにより血圧の急激な上昇が起こり、 体調不良を訴えることがあります。 また長湯をすると、血圧が急に下降するために、 「のぼせ」た状態になってしまいます。 入浴は思ったよりエネルギーを消耗するので、疲労することもあります。 他にも転倒や、湯水のなかでの溺れ、湯水によるやけどなど、 事故に見舞われる危険性もあります。</p> <p>そこで、入浴するときには、このような危険性を出来るだけ避け、 安全に入浴できるようにすることが重要です。</p>

画像	高齢者	ヘルパー	ナレーション
<p>(TC 00:02:48:26) 浴室や脱衣室の環境 安全で快適な入浴のための準備</p> <p>浴室の画像 入浴環境の確認 段差のない浴室の入り口</p> <p>脱衣室と浴室の段差 段差の解消例</p> <p>浴槽 浴槽の図</p> <p>洋式の風呂の場合の絵</p> <p>浴槽内の滑り止めマット</p> <p>手すり 簡易式の手すり</p>			<p>まず、初めに安全で快適な入浴のために、入浴前に確認しておくことや準備することについて述べていきます。</p> <p>浴室や脱衣室の環境について確認していきます。 浴室や脱衣室に段差がないか確かめましょう。 急いで入浴させたいと気持ちがあせり、いつもなら何気なく通れているのに段差につまづいて転倒してしまうこともあります。どこに段差があるかチェックしましょう。車椅子などで通過することが必要な場合は、後ろ向きで通ることや段差を解消する工夫をしておきましょう。 出入り口に段差がある時、転倒の危険性もあるので、出入り口に手すりを付けるのも良いでしょう。 安全で入りやすい浴槽は、深さが50cm、床から浴そうの縁までの深さは40cm、浴槽の長さが100cm、浴槽のふちの幅が10cm～15cmです。 洋式であまりにも浴槽が長くて足がつかない場合は、身体が浮いてしまっておぼれる危険性があります。その場合は、滑り止めの付いたバスマットを敷いたり、足先に浴槽台を敷いたりします</p> <p>浴槽内が滑る場合には、滑り止めマットを敷くと良いでしょう。 滑り止めマットには吸盤が付いたものが安全です。</p> <p>浴槽の出入りを安全に行うためには手すりが重要です。手すりが浴槽の出入りに使えるかを確認しましょう。あらかじめ浴室に手すりなどがない場合には簡単に付けられるものを用意すると良いでしょう。</p>

画像	高齢者	ヘルパー	ナレーション
槽の横の手すり 前面 横の図 L字手すり 吸盤マット 簡易マット 浴室内の確認 シャワー (TC 00:06:08:13) 入浴時に使用すると 便利な補助具 シャワーチェアー お尻に手が入る シャワーチェアー			<p>浴槽内で立つときも手すりが必要な場合があります。 浴槽内での立ち上がりのためには、 浴槽の横に手すりを付けることもよいでしょう。 浴槽の前面に手すりをつけると立ち上がりにはとても使いやすいです。</p> <p>浴室の床が冷える場合に使用するマットも吸盤付きのマットを用いたりして、 滑らないように注意しましょう。 床に簡単に敷くだけのマットは、マットごと滑ったりして、 転倒の原因になりますので、使わないでください。</p> <p>シャワーが使用できるか、シャワーの温度設定は適切にできるかを 確認しておきましょう。 シャワーの温度が一定でないことやけどの原因にもなるので あらかじめお湯を出して点検しておきましょう。</p> <p>高齢者は、立ち上がる力が無かったり、手が背中に届かなかったりするので、 入浴に便利なものを紹介しておきます。 まずはシャワーチェアーです。一般の入浴用の台では立ち上がりにくい上、 立ち上がろうとするとときにバランスが崩れやすく、転倒の原因となります。 そこで、安定していて、床からの高さがある椅子を用意した方が 良い場合も多いです。 座った時に、安定が悪い人には、背もたれがあった方が良いでしょう。</p> <p>一人で臀部などが洗えない場合は、臀部に手が入るものもあります。</p>

画像	高齢者	ヘルパー	ナレーション
車いすタイプ 車いすタイプが浴室 の出入りをしている ところ	バスボード使用例		歩けない場合は、居室などからそのまま移動できる車いすタイプのシャワー チェアを用いると便利です。その場合、車いすで浴室の出入りができるか を確認しておいてください。車いすタイプの出入りには 80 cm くらいの幅が 必要です。
バスボード バスボードを使う			これはバスボードです。浴槽への出入りがしづらい時、 浴槽の淵にかけて固定し、このボードに腰掛けてから片足ずつ浴槽に入れ て、入浴する器具です。危険ですから、プラスチックの浴槽蓋の上には 座らないようにしましょう。先ほど説明したシャワーチェアだけでなく、 このバスボードも介護保険で購入可能です。
シャンプーハット			シャンプーをする場合には、シャンプーハットを利用すると、 お湯などが耳に入る心配が少なくなります。
背部用ブラシ			背中を洗う時に手が届かない時は、このようなブラシを使うと便利です。 今までに紹介したような器具について、利用した方が良かった時は、 ご家族やご本人と相談しましょう。
脱衣室の様子(いす)			脱衣室の状況も確認しましょう。 暖房の設備はありますか？ 冬場に着替える時には室温は 22 度程度は必要です。 部屋の暖め方についても、ご家族と相談しましょう。
いす			下着や靴下の着脱をするときに、片足で立つとふらつくようなら、 イスに腰掛けて行った方が良い場合もあります。

画像	高齢者	ヘルパー	ナレーション
<p>(TC 00:08:53:14) 高齢者の身体状況の確認</p> <p>麻痺の有無</p> <p>拘縮の有無</p> <p>座位から立位</p> <p>立位時の安定性</p> <p>歩行時のふらつき</p> <p>おもらしの有無 高血圧・心臓病</p> <p>褥瘡の有無</p> <p>ストーマ</p>			<p>高齢者の方の身体状況によって、入浴でのお手伝いの仕方が違ってきます。入浴の方法を考えるためにも、対象となる高齢者の方の身体状況を確認してください。</p> <p>まずは麻痺があるか確認します。</p> <p>ある場合はどこが、どのように使えないかを調べておきましょう。</p> <p>次に麻痺のために固まってしまって動かない部分があるかどうかを調べます。麻痺は足首などに多くみられます。</p> <p>座った姿勢からスムーズに立つことが出来るかも確認します。</p> <p>低い姿勢から立ち上がれない場合はシャワーチェアを用います。</p> <p>安定して立っていられますか？ どの位の時間、立っていただけるでしょうか？</p> <p>歩行が安定しない場合は手すりにつかまらせることや、イスの使用を考えます。</p> <p>ふらつく場合には、移動する時に横で支えることが必要です。</p> <p>おもらしの可能性についても確認しておきます。</p> <p>高血圧や心臓病と言われたことがあるかについても尋ねましょう。</p> <p>血圧の高い方が入浴することによって、血圧が急上昇することがあります。</p> <p>血圧の高い方、心臓病の方は、入浴する時間の長さにも気をつけましょう。</p> <p>褥瘡がある場合は、その状況で入浴の前に準備をします。</p> <p>詳しくは入浴応用編2で説明します。</p> <p>腸や膀胱などを手術したために、穴が空いていて、ストーマがある方についても入浴応用編2で説明します。</p>

画像	高齢者	ヘルパー	ナレーション
<p>(TC 00:10:50:12) 半身浴と全身浴</p> <p>イラスト(全身浴)</p> <p>イラスト(半身浴)</p> <p>(TC 00:11:37:05) 入浴前の準備 タオルとバスタオル</p> <p>ドライヤー 綿棒</p> <p>水温計</p> <p>爪切り</p> <p>入浴後の着替え</p> <p>石けん</p> <p>全身シャンプー シャンプー・リンス</p>			<p>次に半身浴、全身浴についてお話しします。 全身浴とは、首までお湯に浸かる方法です。 全身浴では水圧の影響によって胸部で1 cm～2 cm、 腹部で3 cm～5 cm縮むとも言われています。 全身浴では体全体で数百キロの水圧がかかってしまうので、 心臓病の方、肺の疾患がある方は避けてください。 そのような方にはみぞおちまでつかる半身浴を行ってください。 半身浴では胸部に水圧がかからないので、安心です。</p> <p>次に入浴前に準備しておく物について述べていきます。 身体を洗うタオルと身体を拭くバスタオルは、 それぞれ必要な枚数を考えて用意しましょう。</p> <p>ドライヤーは洗髪で濡れた髪の毛を乾かすために使います 綿棒は濡れてしまった耳の中の拭き取りと、耳の中の掃除を兼ねて使いま す。</p> <p>水温計はお湯の温度を確認するために用意します。</p> <p>爪切りも入浴後に爪を切ると切りやすいので用意しておきます。</p> <p>また、入浴後の着替えも、着る順に重ねて用意しておきます。</p> <p>高齢者は皮膚が薄く、傷つきやすいので、 石けんを選ぶときには注意しましょう。 浴用石けんを選ぶことをおすすめします。 皮膚は弱酸性なので、石けんも刺激が少ない弱酸性の方が良いでしょう。</p> <p>しかし、石けん、シャンプー、リンスはご本人の希望もありますから 相談してから何を使うか決めましょう。</p>

ビデオ2「入浴基本編」シナリオ

(16)

画像	高齢者	ヘルパー	ナレーション
TC (00:00:00:00) 入浴基本編 見守りが必要な人の介護方法 (浴室画面) 杖をついた高齢者 入浴の目標 楽しく、安全に、入浴する 楽しく、さっぱり洗浄 コミュニケーション プライバシーの保護 自立 安全面の目標 転倒予防 体調の変化 おぼれない	高齢者が立っている 歩き出す 自然な感じで部屋で 過ごしている	室内にて少し歩いてもらい 足元のふらつきを出す ヘルパーとの会話 ヘルパー登場挨拶する	この回では、からだのご不自由はないものの、入浴の時にお手伝いが必要な方の介護の仕方について説明します。 中畑さんは膝が痛み、筋力が低下しているために足下がふらつきます。 からだの具合は、血圧が高い他は問題ありません。 今回のビデオでは、この方の入浴について考えてみましょう。 今回の入浴の目標は、楽しく安全な入浴です。 この楽しくということには、「入浴してさっぱりする」 「援助者との楽しい会話」 「お手伝いをしてもらうにしても、プライバシーは守られていると感じること」 「出来ることは自分ですることでいきいきすること」などが含まれています。 安全面の目標は 体調の変化に気をつけ、 転倒を予防し、 絶対おぼれないようにします。
TC (00:00:00:00) 入浴前の準備		浴室を確認している	入浴の前の準備として、安全に入るために、シャワーチェアなどが準備されているか、シャワーの状況はどうかなどを確認しておきましょう。
高齢者と会話している	高齢者はイスに座る	ヘルパー問いかけている	入浴の前に、入浴のことを、ご本人の家族に確認しておきましょう。

	「はい」	「中畑さん、今日は洗髪しますか」「シャンプーの後にリンスをしますか」	入浴を楽しくするために、ご本人から入り方の希望や石けん、シャンプーについてお聞きしながら、コミュニケーションをはかりましょう。 名前を呼ぶときには、「おじいちゃん」などはやめ、名字に「さん」をつけて呼びましょう。また、高齢の方には耳が不自由な方も多いため、はっきりした言葉で話しましょう。
血圧計測の絵	「特に変わったことはない」 自動血圧計での血圧測定	今日の身体の具合は いかがですか。 血圧測定を手伝う。 体調も良いので入浴の準備をします。 トイレはお済みですか 室温計を確認	体調も確認しておきましょう。 ヘルパーは顔色などを確認します。 この方の場合、血圧が高めなので、いつも自分で自動血圧計を使って血圧を測っているということなので、入浴前に確認の意味で測定して頂きましょう 排尿を済ませているかの確認も忘れずに行いましょう。 これで入浴ができることが確認できました。 ヘルパーは入浴の準備に取りかかります。 この時ヘルパーは、次に何をするのか、前もって知らせましょう。
居室からの移動（廊下）	杖を使って移動する	一緒に付き添う 様子をちょっと見て	ご自分でできることはやっていただくことがこの方の支援の特徴です。 この方はふらつきがあるのですが、移動するときにも特に手伝わずに見守るようにしましょう。
脱衣室	着替えをしている (ズボンを脱ごうとしてふらふらする)	「イスに腰掛けてズボンを脱がれてはいかがですか」	危険を予防するために、優しく声をかけていきましょう ふらつく場合や、ズボンを脱いだり着たりするときは、イスに腰掛けると良いでしょう。

<p>TC (00:00:00:00) 脱衣室から浴室へ マルチアングル(俯瞰、 浴室)</p> <p>シャワーを浴びる (湯を浴槽から汲み 浴びる)</p>	<p>手すりに つかまりながら</p> <p>シャワーチェア- に 腰掛ける</p>	<p>ヘルパーは入浴開始 時間を 腕時計でチェックし ながら 浴室から見守る</p> <p>腰掛けたら、 シャワーを出し 温度に気をつけなが ら、 手渡す。 「温度はいかがでし ょうか」</p>	<p>浴室への移動では段差などにつまづき、転倒がおこりやすいので、 見守ることが大切です。入浴開始の時間をチェックしましょう。</p> <p>シャワーを浴びる時にもご自分で出来るところは、 できるだけやっていただきます。 シャワーの出しはじめは、お湯の温度が変化するので、注意しましょう。 また、介護している時も会話することを心がけましょう。</p>
<p>浴槽への移動 床には吸盤付きマット</p>	<p>背中是一部 届かない感じ はい 手すりにつかまり ながら移動</p>	<p>「背中にかけまし ょう」 と声をかけ シャワーをとる 「温まりますか」 「滑りますから注意 して」</p>	<p>このように、お手伝いするときにも、いきなり行動しないで、前もって声をか けましょう。 歩くことができる方には、できるだけご自分で歩いていただきます。 但し、浴槽内は滑りやすいので、いつでも支援できるように見守りましょう。 浴室内での移動では手すりにつかまっていたくようにしましょう。</p>
<p>浴槽に入る</p>	<p>手すりに掴まり ながら、足をあげ て 浴槽に入る 手すりに掴まりな がら、静かに水の中</p>		<p>浴槽に入る時は、 横にある手すりにつかまりながら入るように伝え、 いつでも支援できるように見守りましょう。</p>
<p>温まる</p>		<p>横の手すりに掴ま って</p>	<p>この方の場合、血圧が高いので、半身浴にします 温まっている場合も、万が一に備えて</p>

ヘルパーと高齢者 会話している	半身浴 会話	会話	は横の手すりに手を添えてもらいます。 高齢者が温まっているとき、ヘルパーは会話に心がけましょう。
浴槽内で立つ (立ち方がポイント)	手すりに掴まるど うやって立とうか 迷っている風手す りに掴まって立つ そのまま出ようと する そうそうという感 じで手すりに掴ま る 浴槽から出る	手すりに掴まった 方が 安全です	立つときは手すりとは浴槽のふちにつかまって、 足をふんばるようにして立ちましょう。 いつでも支援できるように見守り、必要があれば優しく声をかけましょう。 浴槽の出入りには、かならず手すりを使っていただきましょう。
TC (00:00:00:00) シャンプー マルチアングル	シャワーチェア に座る シャンプーハット を つける	頭を洗いましょう シャンプーハットを 使いますか 手渡し、「やりにく い ところは手伝いま す」 と言い、一緒に被せ る 洗っているところを 見守る 「お湯をかけます か」 といって シャワーを準備。 湯温を確認し手渡す 「リンスしましよ	シャンプーの仕方を説明します。 シャンプーハットは、耳に水が入ることを予防しますので、ご希望があれば利用 すると便利です。 ここでも、ご自分で出来るところはやっていただきましょう。 お手伝いが必要なときは声をかけてから手伝うようにします。 シャンプーが目に入らないように注意しましょう。 シャワーの温度調節は適切にいかないことが多いので、 事前に温度を調節しておきましょう。 浴室で冷えることが少なくてすみます。 シャワーを使うときには、耳にお湯が入らないように注意します。

<p>リンス</p>	<p>リンスを塗る シャワーでリンスを流す</p>	<p>う」 リンスを用意 シャワーの用意、手渡す 洗い終わると 乾いたタオルで拭く</p>	<p>リンスのご希望があればリンスします。 リンスが目に入らないように注意します。</p>
<p>TC (00:00:00:00) 全身を洗います カメラ、シャワーと同じで</p>	<p>泡立てる 全身を洗う シャワーで流す</p>	<p>石けんと ウオッシュクロスを手渡す 背中を手伝いましょうか 背中を洗うのを手伝う 全身を洗い終わったのを 見て、「背中念のため、洗いましょう」 シャワーを用意しながら「流しましょう」と手渡す 「さっぱりしましたか」 介助・会話する</p>	<p>全身を洗います。 石けんはよく泡立てて使うようにしましょう 身体を洗う場合、ウオッシュクロスは、一方向でなく往復して動かします。 そうすることで汚れもよく落ち、マッサージ効果で抹消の血液循環が良くなります 必要があれば背中では声をかけてからお手伝いします 洗い残しがないか見守ります。 洗い残しがあった場合は指示的でなく自然な言い方で、洗うように注意を促しましょう。 残った部分を洗うように注意を促しましょう。 介護される方は緊張してしまうことも多いです。 相手の方の関心がありそうな話題を選び、会話をする事で相手をリラックスさせるように努めましょう。</p>

浴槽へ移動 浴槽へ入る 温まる	移動する 浴槽へ入る(てすり) 温まる(手すり掴む)	見守る 時間をチェックする	温まる時間はヘルパーがチェックしてください。時間は5分以内にします。 入浴中は、いつ、どのような変化が起こるかもしれません。 疲れた表情とか、応答が変だといった、ちょっとした変化を見逃さないで、 対応するようにしましょう。
浴槽から出る	浴槽から出る	「滑らないように 注意してください」 と声をかけ 見守る	浴槽から出るときは、浴室内の床がぬれていたり、 高齢者も入浴で疲れています。 転倒の危険が増していますので、十分注意してください。
脱衣室へと歩く	歩く	見守り	入浴後は疲れて、足が上がりづらいこともあり、 バスマットなど、思わぬところで足が引っ掛かり、転倒することがあります。 気をつけてください。
TC(00:00:00:00) 脱衣室(いす)	バスタオルで拭きだす 腰掛ける 立って、拭き出す	バスタオルを渡す 「お疲れだったら、 椅子に腰掛けましょ うか」 バスタオルをかける 拭きにくいところは	入浴後疲れているようだったら、 寒くないようにして椅子に腰掛けてもらい、 少し休養をとることも有効です。 背中など自分で拭きにくいところは、声をかけて手伝うようにしましょう。
服を着る	服を着ていく	服を着るのを見守る よいお湯でしたかと	衣服の着替え中に、バランスを崩して倒れることがないように注意します。 拭き残しが無いかも点検しながら見守ります。

高齢者、よろよろしている 綿棒で耳の掃除	綿棒を渡され掃除	声かけ 「耳に水は入りませ ん でしたか」 綿棒を渡す	安全確認として見守っているのですが、 ご本人がそのことを希望していない場合もありますので、 できるだけ自然な会話を心がけましょう。 衣服を着たら、綿棒で耳の掃除を行います。
ドライヤーで髪を乾かす	ドライヤーで乾か す ローションを塗る	髪を乾かしましょ う 見守る、手伝い	ドライヤーで髪を乾かします。できにくいところは手伝いましょう。 熱風でやけどをしないように注意してください。
顔等にローション等を塗 る	ローションを塗る		高齢者の皮膚は乾燥しやすいので、 入浴後はローションなどを塗りましょう。
居室（入浴後、乾燥後）	居室の椅子に腰掛 ける 水分を摂っている	水（または、お茶）を 用意	入浴したときは、水分を補給することが大切です。
体調の確認 血圧測定	血圧測定	念のため血圧測定を しておきましょう 気分は悪くないです か など確認	入浴後に、体調の変化がないか、気分や顔色はどうかなどを 確認することはとても大切です。 この方の場合、もう一度自動血圧計で血圧測定をしていただきましょう。 これで入浴は終了です。
TC (00:00:00:00) 入浴中に事故が起こ った場合 こんな時にはどうし ますか 高齢者が転倒したと き居室にて	浴室内にて 浴槽が見えてい る 転倒している 高齢者の横に ヘルパーさんが いる。		万が一、入浴中に事故が起こった場合について説明します。 転倒してしまった場合は、すぐに骨折していないか、ねんざしていないか を 確認します。立てないほどの痛みはないか、患部が変形していないか、 腫れていないか、出血していないかを 確認します。 ねんざが考えられる時は、患部を湿布剤などで冷やし、

<p>やけどしたとき 冷やしている</p> <p>浴槽でおぼれかかっ ている</p>			<p>包帯等で患部が動かないように固定しましょう。 痛みがひどく、骨折していると考えられるときは、救急車を呼んでください。 救急車が来るまでは、患部を動かさないように楽な姿勢で寒くないようにして待ちましょう。</p> <p>シャワー等でやけどした場合は、患部を冷水で十分に冷やすようにしましょう。 その時からだを冷やさないように気をつけます。 皮膚が赤くなっているだけなら、冷やした後にガーゼで覆っておきます。 皮膚がめくれてじくじくしている場合には消毒が必要です。 やけどがさらにひどい場合や、範囲が広い場合には救急車を呼びましょう。</p> <p>浴槽でおぼれかかったとき、おぼれかかった人を浴そうから出すのは大変です。 おぼれてしまった場合は、浴槽の栓を抜き、すぐに救急車を呼んでください。 この回はこれで終了です。次回は片麻痺のある方の介護方法です。</p>
--	--	--	---

ビデオ3「入浴応用編」シナリオ

(66)

画像	高齢者	ホームヘルパー	ナレーション
<p>1 (TC 00:00:00:00) 入浴応用編 1 片麻痺のある人の介護方法</p> <p>車いす 左側(手・足)ともに効きません。また左側の手指は固まっており、グーの手になっています。</p>		<p>廊下から脱衣所へ車いすを押して行きます</p>	<p>大塚さんは5年前に脳梗塞後遺症をおこした79歳の男性です。左手・左足が自分の意思では思うように動きません。自分で立っている姿勢や座った姿勢を保つことはなんとかできます。歩くことは介助が必要で、普段は車いすを使っています。この方は、食事と排泄は自分で行うことができます。また子どもはいないため、ホームヘルパーのサービスを使って、在宅療養を継続しています。今回はこのように片麻痺のある方のバスリフトを使った入浴方法を学習します。バスリフトは、リモコン操作でシート部分が昇降するため、座ったまま入浴することができます。また、入浴介護の目標は、療養者の意思を尊重しながら短時間に安全・安楽に入浴を行い、介護負担感を軽減することです。</p>
<p>2 (TC 00:00:00:00) 脱衣所での準備</p> <p>急激な血圧低下を防ぐための環境準備と器具の準備をします</p> <p>衣服の着脱方法 移動での注意点</p>	<p>車いすに座っている 服をぬぐ、立つ ズボンをぬぐ 車いすに座る</p>	<p>腰ひもを装着します。</p>	<p>脱衣所や浴室の準備は「入浴基本編」を参考にしてください。</p> <p>車椅子は、浴室の入り口前で、立つスペースを残しブレーキをきちっとかけます。療養者を、車いすに座らせたまま、上着を脱がせ腰ひもを付けましょう。脱がす時は健康な側から脱がせます。着せる時は麻痺側から着せます。</p> <p>次に下着を脱がせましょう。まず、車いすから立たせて下着を途中まで下ろし、再度車いすに座らせてから完全に脱がせます。</p>
<p>3 (TC 00:00:00:00) 脱衣所から浴室へ</p> <p>安全に移動しましょ</p>	<p>右側手で車いすのアームレストをつかみ車いすから立つ。</p>	<p>腰ひもと左肘を支える。</p>	<p>療養者が立つときには車椅子の手すりを健康な側の手で支え立っていただきます。ヘルパーは腰ひもと麻痺側のひじを支えて立つのを手伝います。立ち上がった</p>

<p>う</p> <p>4 (TC 00:00:00:00) 浴室での準備</p> <p>転倒予防 寒気を感じないため の準備</p> <p>5 (TC 00:00:00:00) 体を洗います</p> <p>できるところは実施 させる</p>	<p>立ったら右手を浴室の手すりをつかむ。左の足から浴室へ降りる</p> <p>ダンスの形でバスリフトまで移動</p> <p>少しずつ足を運びます。台の前のし字型の手すりをつかむ。しっかり立つ</p> <p>タオルをヘルパーが渡し、ふとももとふくらはぎ、陰部は自分で洗っていただく、洗い終わったら、タオルをヘルパー</p>	<p>ダンスの形で移動</p> <p>バスリフトの台に座らせる</p> <p>足からお湯をかける足からかけるとき「お湯の温度はどうですか？寒くありませんか？」などと声をかけます。石けんをつけあらう。患側部分を入念に洗う皮膚の観察をします。</p> <p>顔を観察し、のぼせていないかどうか、気分が悪くないかを声かけで確認をします。</p>	<p>たらしっかりと立つ姿勢をとります。</p> <p>ヘルパーは療養者の前に立ち、麻痺側の脇の下を支えながら、健康な側の手は握手をしてダンスの形をとり、後ずさりしながら移動します浴室内の手すりにつかまって、麻痺側から浴室へ移動します。</p> <p>さあいよいよ浴室内です。浴室内の移動は滑りますので、注意しながらダンスの形で移動します。</p> <p>バスリフトの台の近くに来たら、療養者は手すりをつかみゆっくり移動し台の前にしっかり立ちます。このとき、転倒しないように注意しながら確実に座らせます。</p> <p>この方の場合、立って安全に移動することが難しいためシャワーチェアを使わないでリフトの台でからだなどを洗います。</p> <p>そして足から徐々に上半身にかけ湯をしながらゆっくりと体を温めます。このとき、療養者の麻痺側は温度を感じないことがありますからやけどに注意しましょう。</p> <p>健康な側の手でバスリフトの台をつかみ、体を支えているので、背中 健康な側の手 麻痺側の手 胸 腹の順にヘルパーが洗います。とくに、麻痺側の脇の下、肘の曲がり部分、握っている手はよく洗います。</p> <p>洗っている時に皮膚の観察をしましょう。</p> <p>ヘルパーは麻痺側を支えタオルを療養者の健康な側の手を持たせ、おなかから陰部など、自分で洗えるところはやっていただきます。この時、療養者がバランスを崩さないよう支えましょう。</p> <p>療養者は足を洗うことができないのでヘルパーが足を洗います。身体が冷えないよう、全身に湯をかけます。</p>
---	---	---	--

<p>6 (TC 00:00:00:00) 髪を洗います</p>	<p>に渡します。この時、高齢者は拭きましたという感じで、何も話さず、タオルをヘルパーに渡し、会釈の合図をします。</p> <p>お願いしますという会釈の合図をします。</p>	<p>「次に頭を洗いますね。」 「かゆいところはありませんか」などと声かけをします。 「耳の中にお湯が入っていませんか」と声かけ</p>	<p>療養者が疲れていないか、体のバランスが崩れていないかなどに注意を払いましょう。</p> <p>次に洗髪をします。「それでは頭を洗いますね。」と次の行動に対する声かけをします。 このように、次の行動を明確にすることで療養者の方は安心することができます。</p>
<p>7 (TC 00:00:00:00) 浴槽に入ります</p>	<p>療養者が台に座ったまま右手でからだを支えながら、ゆっくりとお尻を右にずらしていき、浴槽の上に移動 右手で手すりか</p>	<p>乾いたタオルで髪をすばやく拭きます。 「耳の中にお湯が入ってませんか。」と聞きます。 「気分が悪くないか」聞きます。</p>	<p>目と耳にシャンプーが入らないよう注意しながら、あまり強く指を押し付けることがないように、やさしく洗います。 特に、麻痺側の耳にシャンプーが入らぬよう注意しながらシャワーで洗い流します。</p> <p>身体を固定しながら乾いたタオルですばやく拭きましょう。</p> <p>ヘルパーは拭き残しがいないか確認をします。</p> <p>浴槽に入ります。 必ず気分が悪くないかを聞き、顔色を観察しましょう。 この確認はとても大事なので、忘れないようにしてください。</p> <p>療養者は、健康な側の手で自分のからだを支えながら、おしりを少しずつずらして移動します。 ヘルパーはからだ全体のバランスがくずれないように、麻痺側をささえます。</p> <p>療養者が浴槽に入る時は、健康な側の足は自分で、麻痺側の足はヘルパーが</p>

<p>8 (TC 00:00:00:00) 浴槽から出る</p>	<p>つかめるところに来たら手すりに持ち替えます。浴槽には右足は自分で、左足は介助してもらい浴槽に入れる 5分間の半身浴をします。気持ち良さげに入浴をしています。気分は悪くなく、快適な顔をしています。</p>	<p>手すりをつかんでくださいと声かけをします。</p>	<p>介護します。</p> <p>バスリフトに座ったら、横の手すりをつかんでいただきます。 座った状態を確認しリフトを下ろします。 入浴は、5分間程度の半身浴とします。 全身浴は血圧に変動をきたす場合がありますので、行わないでください。 浴槽に入っている間は、楽しく会話をしながらも、必ず顔色など全身状態の観察を行ってください。 冬場などで寒い場合は、タオルを肩にかけましょう。</p>
<p>9 (TC 00:00:00:00) 浴室から出る</p>	<p>リフトの座面をつかみ、左へ移動します。 左足はヘルパーに助けってもらって、右足は自分で浴そうから出ます。かけ湯をかけてもらおう。座面にすわりながら、右手で支えて、ゆっくり浴室の出口の方へ回ります。浴室の出口の方にきたら、右足でふんばって立ちダンスの形で移動。浴室出口では右手で手すりを持ちます。右足か</p>	<p>ボタンでリフト上昇外に足をだし、浴槽から出します。 かけ湯する 「気分が悪くないか」を声かけで確認をします。</p> <p>ヘルパーが左足を介助する。</p> <p>腰ひもをもち、立たせませす</p> <p>ダンスの形で移動</p> <p>左側を支えます。</p>	<p>浴槽から出る時は、健康な側の手でリフトの座面をつかんでいただき、お尻が浴槽の端にきたら、まず、ヘルパーが麻痺側の足を介護し、次に健康な側の足をご自分でだしていただきますよう。</p> <p>浴槽からでてバスリフトの台の上に来たらかけ湯をします。気分が悪くないかをたずねます。浴室をでることにしましょう。</p> <p>バスリフトの台に座ったまま、座面を健康な側の手で支えて、ゆっくり浴室の出口の方へ回ります。 ヘルパーは麻痺側の足を介護しながら、療養者のからだのバランスがくずれていないか注意します。</p> <p>立つときは、ヘルパーが前にたちダンスの姿勢で介護します。</p> <p>浴室内を移動するときは、ダンスの形でおこないましょう。</p> <p>療養者が、健康な側の手で手すりをつかんだことを確認したら、ヘルパーは浴室のドアをあけ、腰ひもをしっかり支えて療養者の麻痺側につきます。</p>

<p>10(TC00:00:00:00) 脱衣所</p>	<p>ら浴室を出ます。 左足も出します。 両足で立ったら、 右手で車イスの 右側の手すりをつかみ、自分のからだを支えながら回転して車いすに座ります。</p> <p>肌着とパジャマの上を先にきめます。 次にパンツとパジャマの下を着ます。パンツとパジャマの下を着るときは、一端立ちます。よっこらしょといった感じで立ちます。そして何秒かですっきりと立ちます。立ったら、パンツとパジャマを履かせます。ヘルパーが「はい着ましたから車いすに座りましょう」の声かけがあったとき、ゆっくりと車いすに座ります。</p>	<p>肌着とパジャマの上着を着せます。</p> <p>パンツとパジャマの下を着せます。 完全に履かせるときは、一端立ってもらいますが、車いすに背部にヘルパーは位置し、腰ひもをつかみ、しっかりと立ったことを確認したら、履かせます。</p>	<p>療養者は健康な側の足から前に出し、麻痺側の足を少しずつ段差の方にもってきたら、まず健康な側の足をあげ、脱衣所へ置き、次に麻痺側の足を脱衣所に置きます。 このときヘルパーは、麻痺側を支えます。 療養者はできるだけ、きちんと立った姿勢をとります。それから、療養者は車いすの手すりをつかみ、自分の身体を支えながら回転して車椅子に座ります。 このときヘルパーは、麻痺側につき、回転を介護します。</p> <p>ヘルパーはタオルを下半身にかけ、濡れた腰ひもを取り外します。 そして療養者の保温と、プライバシー保護のためにバスタオルをかけ、上半身と下半身を拭きます。</p> <p>十分、水滴をとったら、肌着とパジャマの上着を着せます。 続いて乾いた腰ひももつけます。</p> <p>次に、パンツとパジャマのズボンをつともあたりまで履かせておきます。完全に履かせるときは、一端立って頂きますが、すでに入浴によって体力が消耗しているので、何度も立たせることないように工夫しましょう。</p> <p>ヘルパーは、療養者の麻痺側に立ち、腰ひもをつかみ、しっかり立たせます。 しっかり立ったことを確認したら、パンツとパジャマのズボンをあげます。</p> <p>そして上着の後ろ側を整えたら、ヘルパーは腰ひもを支え、車いすにもう一度座らせます。</p> <p>このとき「はい、着られましたから、車いすに座りましょう。」と声かけをします。 最後に靴下をはかせます。</p>
----------------------------------	--	--	---

	<p>「気分は悪くありません」と声を発する。入浴終了を伝えられると笑顔で会釈をする。</p>	<p>「気分が悪くないかを確認します」そして「入浴が終了したことを伝えます」</p>	<p>気分が悪くないかを確認し、入浴が終了したことを療養者に伝えます。これで今回は終わりです。</p>
--	--	--	---

ビデオ4「入浴応用編2」シナリオ

(104)

画像	高齢者	ホームヘルパー	ナレーション
<p>(TC:00:00:58:27) 入浴応用編2</p> <p>胃ろうのある人の介護法</p> <p>ガーゼを当てたまま入浴する老人(俳優さんにガーゼを当てて固定しているところを見せる)</p> <p>胃ろうの解剖学的図<イラスト></p> <p>胃ろうの種類</p> <p>チューブを留置する固定法(イラスト)</p> <p>ガストロボタン</p> <p>ガストロボタンの上からディオアクティブを貼っているところ</p>	<p>パジャマを脱ぐ前に部屋で、サランラップで保護するシーン</p> <p>ガストロボタンをつけてディオアクティブで保護するシーン</p>		<p>今回は、胃ろうやストーマを持つ方、褥瘡のある方の入浴介護について学習します。</p> <p>胃ろうとは、胃と体外をつなぐ孔のことです。この孔に、チューブを挿入して、胃の中に流動食や栄養剤や水分を直接注入します。</p> <p>胃ろうには、普段からチューブを入れたまま固定しておくタイプと、栄養剤を注入するときに、チューブを入れるボタンタイプがあります。どちらも、普通の方と同じように入浴する事ができます。こうした患者さんにも、ぜひ入浴を勧めてあげてください。ただし、中には防水が必要な患者さんもいますので、訪問看護師に相談してください。</p> <p>防水が必要な場合は、胃ろうの部分を、医療用フィルム材などで防水します。患者さんによっては、食品用のラップを巻いて入るだけでも十分に防水することができます。</p> <p>ガストロボタンの場合は、特に孔の部分を保護しなくても、そのまま入浴することが可能です。</p> <p>胃の内圧のほうが水圧よりも高いので、お湯が入る心配はありません。</p>

<p>(TC:00:02:59:09) 入浴時の注意</p> <p>防水した患者さんが、 浴槽につかっている シーン</p>			<p>また、感染することはありません。</p> <p>入浴方法は、「入浴基本編」と同じです。</p> <p>身体を洗う際、胃ろうの部分を強くこすらないように注意しましょう。 お風呂から上がった後は、防水器具をはずして周囲をよく拭きましょう。</p> <p>チューブを入れたまま固定している患者さんの場合、入浴後にガーゼを交換 しましょう。 チューブの周りは汚れやすいのできれいに拭きましょう。 患者さんによっては差込口を消毒する場合があります。訪問看護師と相談し ましょう。</p> <p>胃ろうの周りのガーゼがしみていないか、患部が赤くなっていないか、 また、チューブが抜けていないかを確認します。 もしも、そのような場合は、訪問看護師に相談しましょう。</p>
--	--	--	--

画像	高齢者	ホームヘルパー	ナレーション
<p>(TC:00:04:07:14)</p> <p>ストーマのある人の介護法</p> <p>結腸ストーマの説明 <図>ストーマってなに？ 腸管の解剖学的図 横行結腸にできたストーマ 下行結腸ストーマ S状結腸ストーマ <図></p> <p>(TC:00:05:46:08)</p> <p>装具の種類(全体) ワンピース型 ツーピース型 パウチ(ゴム) パウチ(留め具)</p> <p>(TC:00:06:38:11)</p>	<p>湯につかる</p>		<p>次は、ストーマです。</p> <p>ストーマは、便が腸に詰まって排泄されない場合の治療法のひとつです。病気のある場所によって、治療上適切な所に作られます。</p> <p>人間の腸は、 上行結腸、 横行結腸、 下行結腸、 S状結腸、 直腸 に分けられます。</p> <p>これらの腸に作られる結腸ストーマとは、腹部に穴を開けて腸の一部を体の外に引き出し、その腸を腹部に固定させて出来た便の排泄口のことです。</p> <p>その場所によって排泄される便の性質や状態が異なります。</p> <p>例えば、横行結腸にできたストーマからは、お粥状の便が排泄されます。下行結腸やS状結腸にできたストーマからは、柔らかい便が排泄されます。いずれの場合も、ストーマには肛門の回りにある括約筋にあたるものがないため、排便や排ガスを自分でコントロールする事はできません。</p> <p>つまり、いつ便が排泄されるのかわからないので、普段は装具をつけて排便管理をしなければいけないのです。</p> <p>ストーマの装具には、様々なものがあります。</p> <p>皮膚保護剤とパウチと呼ばれる便がたまる袋が一体となっているワンピース型。</p> <p>皮膚保護剤とパウチが別々になっているツーピース型。</p> <p>また、パウチも、便のとりだし口を輪ゴムでしばるもの。</p> <p>とめ具で止めるもの、などがあります。</p> <p>通常使っている装具がどのタイプのものか、ご本人やご家族に尋ねておくと</p>

<p>入浴の準備</p> <p>(TC:00:07:07:12)</p> <p>入浴時の注意</p>	<p>浴槽チェアに腰掛けている。</p> <p>ヘルパーに促されて、ストーマをティッシュで押さえ立ち上がる。</p>	<p>パウチをはがす。 パウチの周囲は石鹼できれいに洗う。</p> <p>ストーマをティッシュで抑えるよう促す。</p>	<p>よいでしょう。</p> <p>ストーマのある方の入浴を実際に見てみましょう。 準備は、「入浴基本編」と変わりませんが、 入浴後にパウチを交換するので、あらかじめ準備しておきます。 また、ストーマの周囲を拭くタオルは専用のものを用意しましょう。 パウチにたまった便は、入浴前にトイレで取り出しておくとい良いでしょう。</p> <p>入浴は、装着しているパウチをつけたまま入ります。 万が一、パウチがはがれてしまった場合でも、水圧よりも体の中の圧力のほうが高いので、 お湯が体の中に入ることはありません。 ただし、ストーマには排便を抑える括約筋がありませんから、 浴槽につかっているときに、腸が働き、ガスとともに便が出てしまうことがありますので、 入浴にはパウチをつけたまま入ったほうが安心でしょう。</p> <p>入浴用に特別な装具も市販されています。 これはドーム型のキャップです。 温泉や共同浴場でも入れるようにと考案され、市販されています。 自宅でも使えますので、患者さんと相談して使うとい良いでしょう。</p> <p>お風呂から上がる直前にパウチをはがします。 はがした後は、ガーゼを使い石鹼で皮膚保護材をよくおとします。 そのあとは、石鹼が残らないように十分すすぐことが大切です。 このとき、シャワーの水圧は強すぎないように注意しましょう。 また、皮膚の状態もよく観察し、皮膚が赤くなっていたり、皮が剥けている場合には、 ご家族に相談するか、もしくは訪問看護師へ連絡し、相談しましょう。</p> <p>石鹼を十分に洗い流して浴室をでます。 このとき、立ち上がることによる刺激や、 ご本人がお腹に力を入れたりすることで便が出ることもあるので、</p>
--	--	--	---

			ティッシュなどで押さえてもらいながら、浴室を出ます。 ストーマの周囲の皮膚をよく乾燥させ、パウチをつけます。
--	--	--	---

画像	高齢者	ホームヘルパー	ナレーション
<p>(TC:00:09:26:00) 褥瘡のある方の介護法</p> <p>褥瘡が出来やすい場所のイラスト</p> <p>褥瘡の 度から 度までを提示する(図) 床ずれができやすいところのイラスト提示</p> <p>2) 入浴時の注意</p>			<p>最後に褥瘡です。</p> <p>褥瘡は、一般的には床ずれといわれています。 褥瘡の原因には、長時間同じ姿勢でいるための圧迫による循環障害、皮膚の摩擦やずれ、 皮膚の汚れ、オムツ使用中のむれや汚れなどがあげられます。 他にも栄養状態の悪い高齢者や体の動きに障害がある方にできやすいとされています。 仙骨部、かかと、腰骨(ようこつ)は褥瘡が出来やすい所ですので皮膚変化に注意しましょう。</p> <p>アメリカ褥瘡諮問委員会による分類では、 皮膚だけが赤くなっている状態で、この部分を圧迫しても色が変わらない、1度。 表皮と真皮を含んだ皮膚の部分的な欠損状態で、水泡や浅い潰瘍の状態にある、2度。 皮膚が全部欠けて皮膚の下の組織も破壊される、3度。 もっともひどいのが、筋肉や骨にまでおよぶ深い欠損状態の4度です。</p> <p>褥瘡ができていると入浴を避けてしまいがちですが、 全身の状態がよければできるだけ多く入浴した方が褥瘡もよくなります。 少し赤くなっている程度であれば、そのまま入浴をしても構いません。 傷口がある場合は、入浴ができない場合があります。 訪問看護師と相談して入浴方法を決めると良いでしょう。</p> <p>入浴方法は、「入浴基本編」と同じですが、次のことに注意しましょう。</p> <p>医療用フィルム材を使っている場合は、フィルムがはがれないように注意しましょう。</p>

			<p>また、フィルムを使用せずに入浴する際は、お湯をかけながら軽くなでる程度に洗い流します。</p> <p>高齢者が、しみると訴えるようであれば、お湯の温度を少し下げると良いでしょう。</p> <p>もしも、フィルムがはがれてしまった場合には、ご家族の方に処理していただくか、訪問看護師に連絡し、手当ての仕方を相談しましょう。</p> <p>< 終 ></p>
--	--	--	--