

P12-4 訪問リハにおいて「参加」に焦点を当てて取り組んだ症例

○田中 美香(たなか みか)¹⁾, 真田 将幸¹⁾, 中川 法一²⁾

1)リハビリ本舗 あつぷる訪問看護ステーション, 2)医療法人 増原クリニック

Key word : 訪問リハ, 参加, 行動変容

【目的】 訪問リハビリ(訪問リハ)は、住み慣れた地域で自分らしい生活を続けられるよう、「活動・参加」に焦点を当てたりハビリを提供し、生活機能全般を向上させることが重要視されている。「参加」に対するクライアントの動機は千差万別であり、画一的な取り組みでは過不足が生じる。従って「参加」に対する取り組みには、行動変容理論を用いたテラーメイドの指導的アプローチが重要であると考え。

ADLなどの「活動」レベルは改善を示したが、「参加」を促すことに難渋した症例を担当した。そこで、行動変容理論を用いて「参加」に焦点を当てて取り組んだ結果、趣味活動や公共交通機関を利用するの社会参加が行えるようになった、訪問リハ対象症例について報告する。

【症例紹介】 症例は、関節リュウマチ(RA)の50歳代後半の女性で、既往症にパニック障害・過喚起症候群があり、長年に亘り家事は訪問介護を受けていた。病歴は20年前にRAを発症。H26年5月に右TKA施行、同年9月より訪問リハ開始。H27年3月に左TKA施行。同年4月より訪問リハ再開。ニーズとして「元気になって余暇を充実させ楽しく暮らしたい」と聴取できたが、新しいことには不安感が強く、過度な精神・身体的ストレスによりパニック障害などが増悪する傾向にあった。

【説明と同意】 倫理的配慮に関しては、研究目的を十分に説明したうえで同意を得て実施した。

【経過】 訪問リハ開始時は、屋内伝い歩き自立、両股・足関節痛のため屋外押し車歩行困難、家事動作困難、入浴と更衣動作が部分介助レベルであった。その後、疼痛は徐々に軽減し、両下肢の筋出力増加、屋外押し車歩行可能。入浴と更衣動作は修正自立レベル、家事動作も独力で行えることが増加。その後、左TKA施行し、訪問リハ再開後も自宅内独歩自立。近医受診時のみ屋外移動はセニアカーを使用し自立。ADL能力や家事動作も修正自立となった。しかし、対人交流・ボランティア・趣味関係等への社会参加には、消極的傾向にあった。そのため、H27年6月頃より、「参加」に焦点を当てて取り組んだ。

早々に自立して活動範囲を拡大したいとの発言が認められたが、易疲労性や体力低下などの行動を起こすことで生じる障害を強く感じていた。そこで、易疲労性や体力低下に対しての改善策を挙げてもらった結果、機能訓練型デイサービスに通所する運びとなった。

H27年10月には、易疲労性や体力低下が改善され、近隣の病院や商店などへは電動四輪自転車を用いて移動可能となってきた。また、友人などと、公共交通機関を使っての遠方への外出(遠出)を望まれるようになっていた。しかし、遠出の実施に結びつかなかった。遠出を妨げている要因に対する評価では、①外出先や駅構内の環境の不安、②バスや電車の乗降の不安、③バス停や駅までの移動の不安、④バスや電車の時刻表が分からないことへの不安、⑤目的地までの道順が分からないことへの不安など、行動することで起こり得る障害を強く感じていた。そこで、それらの問題点に対し、改善策を挙げ自己選択してもらった。その結果、タブレットPCを用いて、外出先の駅構内の環境の情報収集や、バスや電車の時刻表の確認練習を実施。加えて、実際のバス停までの屋外歩行練習や、公共交通機関を利用するの外出練習と、行動に対する振り返りを繰り返した。

H28年5月時点では、自主的にピアノ教室にバスを利用して通い始め、ボランティアや同窓会にも積極的に出席するなど、飛躍的に社会参加の増加を認めた。

【考察】 ヘルスベリーフモデル(HBM)では、人がある行動をとるようになるには、①行動しなければならぬ理由(認知面)を感じることで、②行動をとる事による「有益性」が「障害」よりも大きいと感じること(行動面)の2条件が必要であると言われている。

本症例においては、「他者に活動を制限されること無く自由に行動したい」といった発言から、HBMにおける認知面には問題が無かったが、体力低下やストレスがかかると過換気症状が出現するという行動面に問題があり、「参加」が実現できていなかったと考えられた。そこで、行動面の問題を解消するために、自宅内での機能訓練に終始するのではなく、ソーシャルサポートを中心とした関わりと、応用動作訓練を反復して実施することとした。それにより、自己効力感の向上と行動面が改善し、行動することによる充実感が強化されたことで、公共交通機関を利用するの外出などの行動変容が認められ、社会参加に繋がったと考える。

【理学療法研究としての意義】 行動変容理論の有用性は周知されているが、広く現場で用いられているとは言い難い。今回、実際にいくつかの行動変容理論を用いての評価・介入プログラムを立案し、効果を示したことは意義深いと考える。