

つらい介護からやさしい介護への変換を目指しています。

現在アットホーム博多の森では「ノーリフト」の取り組みを行っています。

「ノーリフト」とはノーリフティングポリシー（No Lifting Policy）の略称で「押さない・引かない・持ち上げない・ねじらない・運ばない」介護方法の考え方を指します。

介護を受ける方に対して抱える介護を止めて、抱えない介護方法を勧める考え方の事です。介護する方のかかえる介護による腰痛を予防し、介護を受ける方の抱えあげられる介護による事故や拘縮、褥瘡発生の予防を目的としています。

○実際の介護方法の一例をご紹介します。

・事例1

90代女性 要介護3 手すりをもっと座れるが足の力が弱くなりご自分の力で立つことが難しい方のベッドから車いすへの移乗方法

《従来の方法》



抱え上げて立ってもらい移乗する介助

《ノーリフトによる方法》



スライディングボードを使って横に移動する形で移乗する介助

・事例2

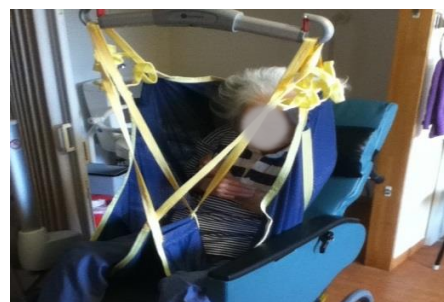
90代女性 要介護4 様々なご病気により立って移乗することが難しい方のベッドからリクライニング車いすへの移乗方法

《従来の方法》



バスタオルを使って二人での移乗

《ノーリフトによる方法》



リフトを使っでの移乗

・事例3

90代女性 要介護4 足の筋力の低下や体の傾きが目立ち、ご自身での歩行が難しくなった方のベッドからトイレまでの移動方法

《従来の方法》



介助する方の主導で行う介助

《ノーリフトによる方法》



床走行式起立移動機器（リターン）を使った介助される方の立つ力を利用した介助

抱えあげて運ぶ介護方法は介護する方はもちろん介護を受ける方に対しても身体的な負担を強いり、恐怖心を与えることで双方に対して**つらい介護**となります。

「ノーリフト」によって介護を受ける方に合わせて個別に介助方法を検討し、残存機能を活かしながら道具や機器を最大限活用する介護方法を採用することで、介護する方や介護を受ける方に対して**やさしい介護**を実践することができます。

【「ノーリフト」による介助、取り組みに対する感想】

ノーリフトケアを勉強、研修にて学び現在ユニットで実施しています。以前は、2人介助にてベッドから離床や臥床介助を行ってきた方を対象に、家族様の同意をとりケアプランとして取り入れながら実践しています。メリットは、実践していくなかで全スタッフが同じ動作で介助を行なえることやリフトの使用方法を理解出来れば安全・安心な移乗介助が行える事です。実際に入居者様からリフト移乗で恐怖や不安を感じなくなったとのお声を頂いています。リフト移乗中も笑顔でスタッフへ話しかけてくれるなど、緊張されずリラックスした状態で移動が行えています。

職員が2人で抱きかかえるという以前の介助方法は、職員の身体にも負担がかかっていましたが、リフトを使用すれば双方にとって負担なく移動が行えます。もちろんスリングシート of 正しい取り付けや入居者様への声掛けや配慮など、移動するまで時間を要することはありますが、そこをゆっくり行う事を職員が身に付けることで、入居者様への安全なケアが行えます。今後も、スライディングボードやリターン、リフトを使用して、入居者様の身体機能に合わせた提供を行っていきます。自立支援をしっかりとユニットで取り入れて行くなかでも、その方1人ひとりの残存能力を常に見直しノーリフトケアを実施していきたいと考えています。

ユニットリーダー 白土晋也