

前々回の「わかば便り」で精神的、肉体的な介護負担を軽減する方法をいくつか紹介させていただきましたが、今月号は負担を軽減する方法の中で最も利用されている、デイサービス、ショートステイを利用した具体的な事例によりご家族の気持ち、状況の変化をご紹介します。

(1) 在宅医療開始の経緯

- ・当初は持病があり近くのクリニックに通院していましたが、自宅で転倒し大腿骨頸部を骨折、手術をしましたが介護が必要な状態となり、訪問診療等が介在し、自宅療養をスタートすることとなりました。
- ・歩行の主体は歩行器ですが、少しの移動やトイレは自立、食事も自立されています。

(2) ご家族の介護

- ・当初、自宅療養となった際に、近くに住む息子さんが同居を勧められました。でも、住み慣れたご自宅に住みたいとの強い意向があり、結局1人住まいでの自宅療養となりました。
- ・そのため息子さんご夫婦は心配でほとんど毎日のように訪問し、身の回りのお世話をしながら見守りを続けられていました。



(3) 介護をする息子さん夫婦の疲弊

- ・当初からヘルパーも導入しながら、息子さんご夫婦は献身的に介護をされていました。
- ・でも、1人のときに冷蔵庫に入れてあるものを食べ続けていたり、転倒して骨折したりという状況があり、息子さん夫婦は安心して出かけることができず、少しずつ疲弊が蓄積されている状況でした。

【事例】91才（女性） 要介護1

1人暮らし（お子様が近くに暮らす）

病歴：腰椎圧迫骨折、大腿骨骨折、認知症



(4) ケアマネの対応

- ・ケアマネは毎月1度訪問する中、ご夫婦の介護疲れを感じ、まず、デイサービスを週1回増やすことで日中の負担の軽減を図りました。
- ・また、デイサービスに併設されている特別養護老ホームのショートステイを利用することをお勧めし月に1回、2泊3日で利用されることとなりました。



(5) ショートステイ利用後の状況

- ・ご本人は毎月デイサービスと同じ建物内でショートステイすることができたことで、顔なじみの方と話をしたり、楽しく宿泊されているようです。（ご家族談）
- ・一方、息子さんご夫婦は1ヶ月のたった2日程度の時間ですが、計画的に決まって介護から離れる日ができたことで、安心して旅行にも出かけることができるようになりました。
- ・一時期かなり疲弊されていた息子さんご夫婦でしたが、気持ちが楽になったことで、現在は献身的な介護を継続されています。
- ・もしあのまま無理して介護疲れを強く感じてしまったら、将来的には施設へ入居となっていたかもしれません。でも介護から解放される時間を少し作ることで、「住み慣れた自宅で余生を過ごしたい」というご本人の希望が継続しています。

＜解説・補足＞

- ・警視庁の犯罪統計によると、2007年から2015年までに「介護・看病疲れ」を動機として検挙された件数は、殺人事件8,058件中398件(約5%)、自殺関与167件中16件(約10%)、傷害致死955件中22件(約2%)となっています。
- ・また、警視庁の自殺統計によれば、「介護・看病疲れ」による自殺は平成30年度だけで230件にもなります。
- ・今回は介護負担を軽減した事例を1つご紹介しましたが、介護の現場には様々な状況や事情がある一方、たくさんの専門職がいます。
- ・辛いと感じたら罪悪感を持たずにまずは気持ちを吐き出してみてください。
- ・特にケアマネは経験に基づく色々な解決策を知っています。話してみれば、きっと解決方法が見つかるはずです。

☆ご質問・ご相談等、お気軽にお声掛けください。

安心をお届けする

わかばクリニック

〒862-0903

熊本市東区若葉3丁目13-20

☎096-285-6014

web : wakaba-cl.jp