

## 在宅復帰後、早期介入により活動・参加に繋がった症例

藤野慎平<sup>1)</sup>, 岩下修<sup>1)</sup> 廣畑淑郎<sup>1)</sup>

1) 株式会社 アール・ケア 訪問看護ステーション ママック

Key words : 腰痛、移動困難、早期介入

### 【はじめに】

地域包括ケアシステムの構築に伴い、病院からの早期退院、早期の在宅復帰が進んでいく。今回、腰椎圧迫骨折による痛みと痺れによって移動困難と閉じこもり生活となった症例を担当する機会を得た。術後、早期に在宅復帰され、訪問看護ステーションからの訪問リハビリテーションを行った結果、日常生活活動動作に向上が見られたため、ここに報告する。

### 【倫理的配慮・説明と同意】

この報告においては「岡山県理学療法士会 学会・学術誌等 倫理・個人情報規程」に従い、また対象者への報告の同意を得ている。

### 【症例紹介】

年齢：80代 性別：男性 要介護状態区分等：1 前職：技術職 身長：172 cm

体重：70kg BMI：23.7

既往歴：脳梗塞後遺症(Brunnstrom Recovery Stage:上肢VI 手指VI 下肢IV)

現病歴：H26年3月第1・3腰椎圧迫骨折受傷にて入院。H26年4月退院され6月より訪問開始(週2回)、12月腰椎骨セメント施術の為入院。10日後退院にて訪問再開。H28年3月よりデイサービス(週1回)利用開始。

主治医指示内容：下肢筋力低下の向上 寝たきり度：B1 認知状況：自立

ケアプラン目標：自分で立って移動出来る Demand：立って歩きたい

### 【問題点】

#### <活動>

- ・屋内移動・食事動作可能・準備必要だが座位にて更衣動作可能・巧緻動作可能
- ・腰痛に伴う起居歩行動作困難・入浴動作困難により清拭

#### <身体機能>

- ・腰痛に伴う動作制限・活動性の低下による筋持久力低下
- ・下肢筋緊張亢進による関節可動域制限・30分以上座位困難

#### <参加>

- ・外出制限

#### <環境・個人因子>

- ・本人奥様息子の3人暮らし・持ち家・平屋

#### <リスク>

- ・転倒・高血圧

### 【アプローチと経過】

訪問開始当初は、疼痛が強く、活動の制限が起きていた。疼痛の減少には、腰背部、股関節を中心とした関節可動域訓練を伴ったストレッチを行っていたが、疼痛は継続し、腰椎骨セメント施術を実施することとなった。術後10日で退院、早期介入し、痛み の 状 況 を 評 価 し な が ら、日 常 生 活 活 動 動 作 に 直 接 ア プ ロ ー チ し た。その結果、徐々に出来ることが増え疼痛も緩和していった。

H26年6月~12月：疼痛が強い時期でありVAS：8、FIM：87点。

H27年1月~3月：徐々に疼痛緩和、VAS:5、FIM：91点に変化。

H27年4月~H28年3月：疼痛が自制内、VAS:2、FIM109点。

#### 【考察】

本症例は、体を動かすことに消極的で、痛みにも非常に敏感であった。在宅復帰後、早期に介入していなければ、痛みを恐れ、活動範囲も限られたものになっていたと想像できる。今回は在宅復帰後、早期介入し、痛み の 状 況 を 評 価 し な が ら 日 常 生 活 活 動 動 作 に 直 接 ア プ ロ ー チ し た。その結果、活動レベルが高まり、疼痛に対する過剰な反応も緩和された。自身の変化に家族や本人が気づくことにより、意欲の向上も見られ、奥様との散歩や、デイサービス利用へも繋がった。在宅復帰後、早期介入することで過剰な安静を防ぐとともに、実際の生活の場で直接アプローチすることにより、生活感覚のとまどいを緩和出来たことが、今回の結果に繋がったと考える。