

P2-7 夜間介護時の光環境改善により介護のしやすさについて 介護者の満足感を得ることができた事例 —あかりバンクによる取り組み—

○西谷 美智子(OT)¹⁾, 吉田 聖代(PT)²⁾, 橋田 裕司(その他)³⁾

1)大和大学 保健医療学部 総合リハビリテーション学科 作業療法学専攻

2)訪問看護ステーション ぶるうみい

3)(有)プロト商品計画 あかりバンク

Key word : 在宅介護, 介護者, 環境

【はじめに】「あかりバンク」は手作り照明を病院や施設に届ける活動をしている任意団体である。活動の一環として、医療的ケア児を在宅介護している家庭の光環境改善の取り組みも行っている。近年医療的ケア児は増加傾向にあり、在宅で介護をしている家族介護者は、夜間の介護によって睡眠や休息が妨げられ、このことはストレス要因の一つとなっている。

生活の質を重視する作業療法において、対象者や家族介護者が快適に過ごせる環境を提供することは重要であるが、現状では光環境についての配慮は十分でない。光環境は、そこで過ごす人に心理的な影響を及ぼし、作業時には作業効率に影響する。今回、夜間介護時の光環境を改善することで、室内の印象や介護のしやすさに対する印象が変わり、満足感を得ることができた2事例を紹介する。

【対象】事例1は脊髄性筋萎縮症の娘を介護する母親、事例2はミトコンドリア病の息子を介護する母親である。いずれも人工呼吸器管理、胃瘻造設をしており、夜間に吸引や注入を必要としている。夜間介護時の光環境は事例1ではリビングに隣接する和室にベッドを置き、白色光のシーリングライトを主照明として部屋全体を照らしていた。

事例2はリビングにベッドを置き、電球色のシーリングファンを主照明、ベッド足元の白色光のスタンドライトを副照明として利用していた。なお本報告にあたり対象者には口頭・書面にて説明し同意を得ている。

【目的】適切な光環境の提供により、快適さや作業効率の向上、満足感が得られることを示し、夜間介護における光環境の重要性を明らかにする。

【方法】

- 1) 眩しさ軽減のために、部屋全体を照らす全体照明から必要な場所のみを照らす部分照明に変更する。
- 2) 安全に介護作業ができるよう、光源の設置位置や配光に配慮して作業の邪魔になる影を作らず明るさ感を確保する。

- 3) 落ち着いた雰囲気の出るため電球色の間接照明に変更する。

これらを実現するために、角材で棚を作成して、バータイプの電球色LEDを適切な位置に取り付けた。対象者の負担とならないよう、必要な物品はホームセンターで調達して大がかりな工事はせず、3～4時間程度で施工を終えた。施工時と、施工から3か月後に対象者への聞き取りを行い、SD法による印象の変化の評価を依頼した。印象評価には、室内の雰囲気16項目、夜間介護作業時の印象7項目からなる5件法の尺度を利用した。

【結果】施工前には、2例とも光環境についての問題意識や改善についての明確な希望があったわけではない。しかし光環境を変えたことによって、以前は影があつて作業しにくかったことや、眩しい環境であつたという気づきがあつた。施工後は継続して間接照明を利用しており、今後も利用を続けたいと話している。

2例に共通して印象の変化があつたのは、室内の雰囲気は、緊張する－くつろぐ、落ち着かない－落ち着く、涼しい－暖かい、かたい－柔らかい、日常的な－幻想的な、平凡な－個性的な、嫌いな－好きな、の項目でいずれも対語の下線を引いたほうへ印象が変わつた。夜間介護作業時の印象は、暗い－明るい、見えな－見える、影がある－影がない、危険－安全、適していない－適した、不満－満足、やりにくい－やりやすい、という7項目すべてにおいて好ましい変化がみられた。

【まとめ】夜間介護時の光環境を変えることで、くつろぐ、落ち着く、などの好ましい印象の変化を得ることができた。また、介護の作業のしやすさについて満足感を得ることができた。これらのことから、光環境の改善は介護者のストレスを軽減する一助となりうることが示唆された。対象者の印象のみでなく、心身の健康への影響や作業効率の変化について客観的に示していくことが今後の課題である。