



こんにちは！理学療法士の岡川です。個別機能訓練が開始となり約1年が経過しました。先日、個別訓練対象の方々に日常生活に関するアンケートにご協力いただきました。今月はその結果をお伝えしたいと思います。



アンケート内容

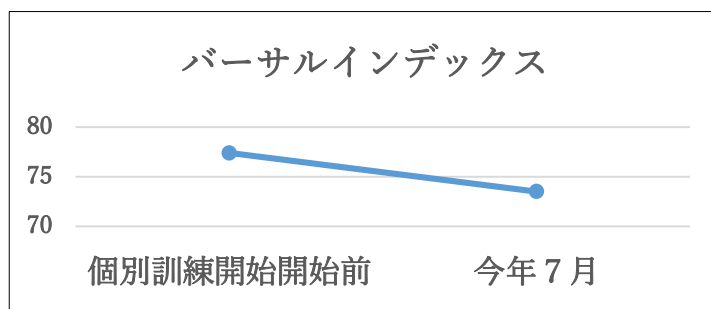
アンケートの内容は、日常生活がどれだけ自立しているか、逆に言うとどれだけ介助が必要かを100点満点で評価するものです。食事、車いすへの乗り換え、身だしなみ、トイレ動作、入浴、移動、階段昇降、着替え、排尿・排便などの項目があり、各項目の自立度を15点・10点・5点・0点で採点する、バーサルインデックスという評価方法を使用しました。



個別訓練開始前と今年7月のアンケート結果の比較

個別訓練開始前のバーサルインデックスの点数と、今年7月の点数を比較しました。

結果は、個別訓練開始前が平均77.4点、今年7月が73.5点と低下を認めていました。日常生活で介助が必要なことが増えたこととなります。加齢のため、身体機能や認知機能の低下のため、要因は様々あるかと思います。



日常生活を維持するために大切なこと

出来なくなることがある中で、出来なくなったからやめてしまう、家族が全て助けてしまう、そうすると長い目でみると本人の能力を早く低下させてしまいます。何か工夫をすれば出来ないか、と少し考えてみてください。

例えば食事後の片付けができなくなったとします。よく観察していると、食器を洗う動作自体はできるけれど流し台の場所や食器を戻す所が分からず、片付けができていません。そんな方には、例えば流し台の場所や食器の置き場所が分かるように目印をしてみるのも一つの方法です。出来なかったことが出来た！となれば自信にもつながり、気持ちの面でも良い効果がありますよね。

日常生活で介助が必要になってくることは自然なことですが、その低下が少しでも緩やかになり、皆様の生活がいつまでも豊かなものでありますように♪

