



患者・家族向け転倒予防パンフレットの活用

細井夏実[†] 村井敦子 村田祐子 山之内香帆 饗場郁子*

IRYO Vol. 69 No. 7 (356-359) 2015

【キーワード】 神経疾患, 転倒, パンフレット, 転倒予防対策, 患者, 患者家族

はじめに

われわれは神経疾患患者の転倒・転落を少しでも減らしたいという願いから、長年転倒予防について研究を進めてきた。その結果、医療者だけが転倒予防を心がけても、患者・家族の関心がなければ転倒を減らすことが難しいということもわかってきた。そこで転倒予防対策を病棟スタッフだけでなく患者・家族に伝えるための方法として、パンフレットを作成し入院時に配布することを試みた。また、パンフレットを配布した患者とその家族に対しパンフレットに関するアンケート調査を行った結果をもとに改訂を行ったので紹介する。

入院患者用転倒予防パンフレットの作成

入院生活をより安全に、快適に過ごしてもらうために、「一人で歩くことができる方へ」「車椅子・歩行器・杖を使用している方へ」「ベッド上で生活される方へ」の移動能力別に3種類の転倒予防パンフレットを作成した(図1)。

入院時に患者の移動能力に応じたパンフレットを渡し、家族と一緒にパンフレットを読んでもらった。パンフレットには、当東名古屋病院における転倒事



図1 移動能力別パンフレット

入院時に患者の移動能力に合わせて名前を記載し配布していた。

例検討に出た入院患者が転倒するきっかけになった行動や患者・家族ができる転ばないためのベッドサイドの環境整備の方法、杖・車いすなどの移動補助具についての注意点などを5-6ページにわたり図や写真、イラストでわかりやすいように記載している¹⁾(表1)。入院患者の中には認知症の患者も少なくないため、必要に応じて患者・家族に同意を得た上で、突発的に自分自身で移乗する際の転落防止用車いす安全ベルトや離床センサーなど対策を追加している。

国立病院機構東名古屋病院 看護部 *同 神経内科 †看護師
別刷請求先: 細井夏実 国立病院機構東名古屋病院 南1階病棟 〒465-8620 名古屋市名東区梅森坂5-101
e-mail: natsumi232@gmail.com

(平成27年6月26日受付, 平成27年7月10日受理)

Utilization of a Fall Prevention Brochure for a Patient and the Family
Natsumi Hosoi, Atsuko Murai, Yuuko Murata, Kaho Yamanouchi, Ikuko Aiba*, Nursing Department, *Department of Neurology, NHO Higashi Nagoya National Hospital

(Received June. 26, 2015, Accepted July. 10, 2015)

Key Words: neurological disease, fall pamphlet, fall prevention, patient, patient family

表1 移動能力別のパンフレット内容

	一人で歩ける	車いすなどの補助具 使用している	ベッド上で 生活している
車いす安全ベルトについて		○	
体幹ベルトについて		○	○
ミトンについて		○	○
どうして転んでしまうのか	○	○	○
転んでケガをするとどうなるのか	○	○	○
転ばないためにはどのようにすればよいか	○	○	○
排泄時に関する転倒予防対策について	○	○	○
眠剤や安定剤を内服している方への注意点	○	○	○
離床センサーについて	○	○	○
センサーマットについて	○	○	○
衝撃吸収マットについて	○	○	○
ベッド柵の固定について	○	○	○

◆ パンフレットに対するアンケート調査

2010年2月に患者とその家族83名にパンフレットの使いやすさに関するアンケート調査を行った²⁾。(回収率26/83 31.3%)。その結果、「見やすい」50%、「文字の大きさがちょうどよい」54%、「ちょうど良い情報の記載量」58%、「わかりやすい」58%、「役に立った」「少し役に立った」が合わせて73%と回答(図2)が得られ、比較的読みやすく・わかりやすいパンフレットとして使用してもらえていることが明らかとなった。しかし、情報の記載量については38%の人が多いと回答していた(図2)。一方、パンフレットを読み行動や考えが変化したものについては、「転倒防止に興味・関心をもった」が57%、「看護師を呼びやすくなった」44%、「車いすのストッパーを確認するようになった」25%、「靴タイプの履物を履くようになった」25%、「ベッド周囲によく使うものを置く」19%、「早めにトイレに行くようになった」19%、「ナースコールの位置確認をするようになった」7%であり(表2)、パンフレットの活用による具体的な行動や考えの変化が明らかとなった。

◆ パンフレットの改訂

パンフレットを配布した患者・家族は高齢者が多

く、高齢者の特徴として視覚機能の低下により情報の記載量が多いと途中で読むのが嫌になり効果的にパンフレットを使用してもらえない可能性がある。実際パンフレットは入院時に受けとった後、床頭台の引き出しや棚に入ってしまったことが多く、患者・家族とも転倒は他人事となってしまう入院期間中に見直しをしないことが多いことがわかった。また、自分でページをめくることが困難な患者も多いため、高齢者が最後まで目を通すことが簡単にでき、他人事とならないように「○○様へ」と目に留まりやすいようにパンフレットの改訂を行った。転倒・転落の危険が高い患者のベッドサイドに掲示できるように、パンフレットの中から転倒についてとくに注意してほしい項目を選び、A3用紙にまとめラミネートをした(図3, 4)。患者と一緒に注意してほしい項目をマジックでチェックし、ベッドサイドあるいは患者の食事テーブルに掲示し、食事が来るまでの間に目に留まるような方法をとるように変更した(図5)。面会に来た家族もテーブル周囲で覗き込む姿や、患者同士で「あの人が立ち上がっているけど大丈夫？」など気にかけてもらえることもあった。

◆ おわりに

入院患者・家族向けの転倒予防パンフレットを作成し、アンケート調査の結果をもとに改訂を行った。

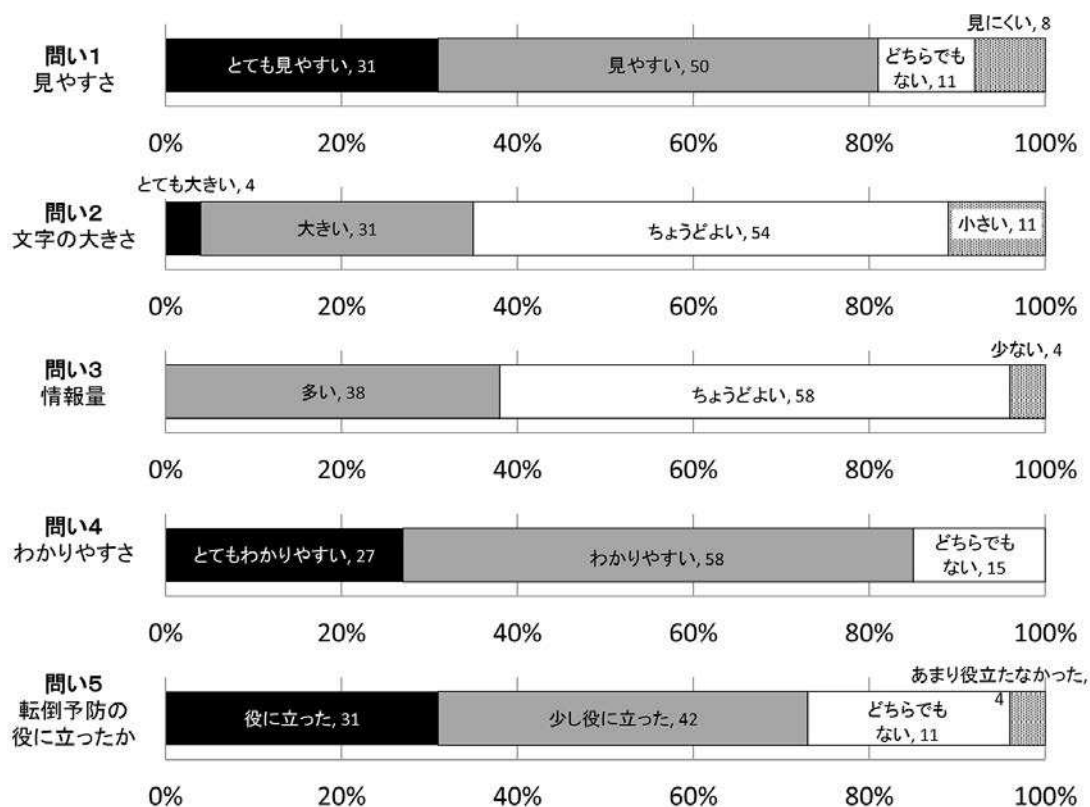


図2 パンフレットに関するアンケート調査結果(1)

表2 パンフレットに関するアンケート調査結果(2)

問6. パンフレットを読み、行動・考えが変化したもの	
転倒防止に興味・関心をもった	57%
看護師を呼びやすくなった	44%
車いすのストッパーを確認するようになった	25%
靴タイプの履物を履くようになった	25%
ベッド周囲に良く使うものを置く	19%
早めにトイレに行くようになった	19%
ナースコールの位置を確認するようになった	7%

今後さらに見やすく、転倒予防のための効果的な内容および掲示方法について検討していく予定である。


著者の利益相反：本論文発表内容に関連して申告なし。

[文献]

- 1) 羽賀真琴, 饗場郁子, 村井敦子ほか. 神経疾患患者の転倒・転落防止対策. 医療 2006 ; 60 : 50 - 3.
- 2) 米津康治, 饗場郁子, 大河内亜依ほか. 転倒予防パンフレットの作成と患者家族に対するアンケート. : 国立病医会抄集 : 2010 ; 65 : 761.



Q 転はないためにはどうすればいい？

- トイレに行くときは看護師が付き添いますので、ナースコールでお知らせください。
 - 遠くにあるものをとろうとして転倒することが多いので、ベッドの近くによく使うものをまとめて置くようにしましょう。
 - スリッパではなく靴を使用しましょう。



Q 車椅子はどこに注意したらいい？

- 医師・看護師・リハビリの先生が安全だと判断してから車椅子へ一人でうつるようにしましょう。
- 車椅子に乗ったまま落ちた物を拾わないようにしましょう。
- 乗り降りの際は必ずブレーキをかけましょう。
- 急に立ち上がると、転倒の危険が高くなります。安全ベルトを着用させていただく場合があります。


「車椅子ベルト」
・車椅子からの立ち上がりや、すり落ちを防ぎます。

図3 車いす・歩行器・杖を使用している患者用の説明用紙


Q 歩行器や杖を使う時の注意点は？

- 医師・看護師・リハビリの先生が安全だと判断してから一人で使用するようにしましょう。
- 歩行器にはブレーキがないため歩行器につかまって立ちあがるのはやめましょう。
- 洗面所やトイレは床が濡れていることがあります。十分ご注意ください。

Q 眠り薬や安定剤を飲んでいる際の注意点は？



- 消灯前にトイレを済ませてから、薬を飲むようにしましょう。
- 夜間トイレに行く時はふらつくことがありますので、看護師をお呼び下さい。
- 服用するお薬の作用や注意点について、薬剤師または看護師から説明をいたします。




Q 排泄の際の注意点は？

- トイレの際は看護師が付き添いますが、どうしてもそばを離れなければならない場合があります。看護師がくるまで立ちあがらずにお待ちください。
- あわてて行動すると、思わぬ事故につながります。早めにトイレに行くよう心がけましょう。

Q 転はないためにはどうすればいい？

- 遠くにあるものをとろうとして転倒することが多いので、ベッドの近くによく使うものをまとめて置くようにしましょう。
- サイズの合う活動に適した服装を用意しましょう。
- スポンのすそはかかとの上にしなす。長い場合は折り返して縫いましょう。
- 履き物はご自宅で使用しているものにしなす。




★ポイント：ゴム底などの滑りにくいもの、着脱しやすいもの
※スリッパではなく靴タイプの脱げにくいものにしなす。

Q 排泄の際の注意点は？

- トイレの際は看護師が付き添いますが、どうしてもそばを離れなければならない場合があります。看護師がくるまで立ちあがらずにお待ちください。
- ポータブルトイレを使用する場合、ベッドから降りる前に必ず看護師をよんでください。
- トイレの床は濡れていることがあります。十分ご注意ください。
- あわてて行動すると、思わぬ事故につながります。早めにトイレに行くよう心がけましょう。

Q 眠り薬や安定剤を飲んでいる際の注意点は？



- 消灯前にトイレを済ませてから、薬を飲むようにしましょう。
- 夜間トイレに行く時はふらつくことがありますので、看護師をお呼び下さい。
- 服用するお薬の作用や注意点について、薬剤師または看護師から説明をいたします。





図4 一人で歩くことができる患者用の説明用紙



図5 食堂のテーブルに掲示している様子
患者の食堂のテーブルに掲示し、患者に注意してほしい所を丸で囲んだり、アンダーラインを引き食事が来るまでの間見てもらっている。