題名：脳梗塞発症後の廃用による筋力低下に対してトイレ動作の獲得を目標に介入し自宅退院へ至った症例
氏名：田野病院　作業療法士　樋口　将也

【はじめに】

筋萎縮や筋重量の低下は 1 週間の安静で 10～20%低下し筋持久力も 20 日間の床上安静後，膝伸展筋持久力が 17．8%減少する(山口，2018)．また脳血管疾患等の患者が自宅退院するために必要な Activities of Daily Living（ADL）能力について，脳血管疾患等の患者が自宅に退院するためには，「トイレ動作」，「トイレ移乗」が見守り以上の能力が必要である(津坂，2013)．今回脳梗塞発症と長期臥床による廃用にて ADL 低下を呈した症例を担当した．自宅退院を希望された症例に対して排泄動作に着目して介入を行った結果，ADL の自立に繋がり自宅退院まで至ることができたため以下に報告する．

【対象】

脳梗塞（内頚動脈）後の右片麻痺と運動性失語，約 3 カ月の長期臥床による廃用症候群を呈した 70 代男性．病前は ADL・IADL 共に自立．発症から第 108 病日後に当院回復期リハビリテーション病棟へ転院し，翌日より作業療法，理学療法，言語療法を各 3 単位施行．介入当初は失語症による喚語困難や錯語によってコミュニケーションの困難さが生じ易怒性を認めたため，最初の 1 か月はラポール形成を図った．第 140 病日目には意思疎通も可能になってきたため，希望を聴取したところ本人は自宅退院を望まれており，妻は「ポータブルトイレ自立と歩けるようになってほしい」と言われていた．そこでまずは「日中の病棟内トイレ動作の自立」を合意目標として設定した．評価は，Functional Independence Measure(FIM)62 点，Brunnstrom Recovery Stage(BRS)上肢Ⅳ-手指Ⅴ-下肢Ⅳ，5 回立ち上がりテスト 17．47 秒，握力(左／右)20．7 ㎏／19．0 ㎏，Mini Mental State Examination(MMSE)20 点，その他の机上検査は立腹があり実施困難．評価結果や先行研究から長期臥床による筋力低下によってトイレ動作が困難になっており，合意目標を達成するためには筋力訓練と実動作の練習が必要と考えた(山口 2018)．また，初期では立腹や訓練拒否もあったため，段階付けによる難易度調整を行うことで成功体験を経験し意欲の向上に繋がるように心がけた．

【介入】

脳卒中ガイドライン 2021 では麻痺側下肢の筋力訓練は推奨度 B であり，その中でも課題指向型のトレーニングが麻痺側および非麻痺側の下肢筋力を増加し歩行や起居動作を改善した(Yang et al.,2006)．これに基づき基本的プログラムとして，起立－着座運動やステップ台を使用した下肢運動，歩行訓練などを実施．応用的プログラムでは下衣操作練習として，平行棒内立位での下方リーチ練習からセラバンドを使用した練習へと段階付けを実施，実際のトイレでの動作練習も行った．社会適応プログラムとして家屋訪問を実施．事前に本人・家族から段差や坂が多いことやトイレ・浴室が離れにあるため歩く必要があることを聴取していたため，訪問時は動作確認や手すりの設置などを実施した．家屋訪問後は病棟杖歩行が開始となり，訓練では坂道や不整地歩行を追加し歩行の安定性や耐久性向上を目指した．

【結果】

第 165 病日後にはトイレ動作が自立．その他の ADL 動作も見守り～自立レベルで可能となった．これにより病棟内では以前よりも離床時間が増加し，活動的に過ごされることが増え，FIM100 点，BRS 上肢Ⅴ-手指Ⅴ-下肢Ⅴ，5 回立ち上がりテスト 15．19 秒，握力(左／右)23．9 ㎏／18．9 ㎏へと改善した．家屋訪問時に本人からは「ポータブルじゃなくて家のトイレを使いたい．」キーパーソンである妻からは「思っていたより歩けるようになっている．見守りがあればトイレまで歩いて行けそうですね．」といった発言を聴取した．そのため当初はポータブルトイレを使用する予定だったが，通常のトイレを使用する方向となった．

【考察】

介入初期ではトイレ動作時に立位保持が困難であり下衣操作も全介助であった．脳卒中患者の更衣動作の自立獲得には，下肢 BRSⅣ以上がひとつの目標値になることが報告されている（川上，2014）．このことから麻痺よ

りも長期臥床による全身持久力の低下による要因が大きかったのではないかと考える．全身の筋力訓練や立位訓練，下衣操作練習などを行ったことでトイレ動作の自立につながったと考える．介入当初は意欲低下があったが，徐々に改善されていった．その要因として身体機能面の改善もあるが，先述したような関わりによってラポール形成が行えていたこと，また本人と合意目標を設定し達成できたことが成功体験となり，トイレ動作以外の ADL へも波及効果が得られたことで自宅退院に向かって意欲的に行動する場面が増えたと推察する．