当訪問看護ステーションにおける転倒の実態調査

誠和会　倉敷紀念訪問看護ステーション

石田真也，谷有人，遠山直美，藤森康明，石田充

【はじめに】

2019 年の国民生活基礎調査の概況によると介護が必要となった主な原因に「骨折・転倒」がある [1)]．高齢者の転倒は在宅生活の継続を困難にさせ，生活の質を下げることにもなり得る．当訪問看護ステーション（以下，訪看）からの訪問リハビリテーション（以下，訪リハ）においても転倒予防を目的に関わる頻度が高い．今回，当訪看の訪リハ利用者の転倒について内的要因と外的要因に分けて実態調査を行ったため以下に報告する．

【目的】

訪リハ利用者の転倒の要因を明らかにし，転倒予防の一助とする．

【対象】

2020 年 11 月時点で当訪看より訪リハを利用している 60 名．平均年齢 81．48 歳．男性：18 名，女性：42 名．要介護度は，要支援 1：1 名，要支援 2：17 名，要介護 1：9 名，要介護 2：13 名，要介護 3：9 名，要介護 4：8 名，要介護 5：2 名，医療：1 名．

【方法】

訪看に勤務する療法士 3 名（理学療法士 1 名，作業療法士 2 名）とパート勤務の療法士 2 名（理学療法士 1 名，作業療法士 1 名）が，2020 年 11 月中に訪問を行っている各担当利用者を対象として転倒の頻度と場所，原因を抽出．転倒の頻度は「転倒なし（自立）」「転倒年 1 回未満」「転倒年 1～2 回」「転倒月 1 回以上」「転倒なし（寝たきり）」の 5 つに分類．更に転倒の要因を内的と外的（屋内・屋外）で分類．内的要因は一人に対して複数あるため，主要因の抽出数を 3 個までとした．

【結果】

転倒頻度別の人数は「転倒なし（自立）」13 名，「年 1 回未満」23 名，「年 1～2 回」6 名，「月 1 回以上」9 名，「転倒なし（寝たきり）」9 名で全体の 63%に転倒経験がある．「年 1 回未満」「年 1～2 回」「月 1 回以上」の内的要因は筋力やバランス能力の低下が多く，感覚障害や PD 症状等の要因もある．外的要因の屋内は濡れた浴室や居室・廊下（手すりの位置，明暗等），眠剤

等，屋外は段差や畑（不整地），縁石の段差等の要因がある．

【考察】

訪リハ利用者の転倒経験の割合は 63%と高く，これは国民生活基礎調査の結果と同様の傾向であり転倒を予防することは訪リハ利用者の生活の質を維持するために重要と考える．内的要因の結果より訪リハ利用者の平均年齢は 81．48 歳と高く加齢に伴う運動機能低下が大きく関与していると考える．転倒場所については多くの調査で，屋内は居室，階段が多いが台所やトイレ，浴室等においても発生し，屋外では敷地内園庭や外出先となっており，今回の結果と同様の傾向にある．

【おわりに】

転倒を内的と外的要因に分けて考えることで転倒予防に必要な問題点が抽出しやすいことが分かった．今回得られた結果を下に治療を行い転倒予防の強化を図っていきたい．

【文献】

1）2019 年　国民生活基礎調査の概況．厚生労働省

https://www．mhlw．go．jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa19/index．html

2)帖佐悦男:転倒・骨折．臨牀と研究・98 巻 4 号．477-481．令和 3 年 4 月