

介護施設での看取りの流れ 5 段階

1 入所期・適応期 2 安定期 3 不安定期・低迷期 4 終末期 5 看取り後

の 5 段階に別れています。

- ① 入所期・適応期 利用者様が施設に入所され環境に慣れていただく段階です。入所に対しての要望を取り入れながら終末期の対応についても確認していきます。
- ② 安定期 施設の生活に慣れた頃に、意識の変化や終末期の希望・要望に変更がないかを確認をする段階です。終末期でも自分らしい生活を送れるよう準備を行っていきます。
- ③ 不安定期・低迷期 食事量・体重の低下からの衰弱が始まり進行していく段階です。ご利用者様とご家族に現在の状況を説明し、施設で対応可能な医療の提供について説明をし、計画・対策を立てていきます。
- ④ 看取り期 ゆっくりと死に向かう段階です。ご利用者様・ご家族へは施設で対応できることについて説明します。また看取り介護同意書・計画書の同意を取り、亡くなった際の準備を行っていきます。この時期に会いたい人がいる場合は機会を設けるなど、ご利用者様の希望をなるべく叶えてあげられるよう配慮します。
- ⑤ 看取り後 ご利用者様の看取り後、担当した職員は一礼し居室より退室をします。利用者様とご家族との最期のお別れの時間を取りましょう。

介護職の看取り介護での役割

看取り介護とは基本的には日常の介護の延長にありますが、ご利用者様の状態や家族の希望によって若干変化することがあります。

対応力を身につけておくためには、基本となる看取りの内容を把握しておくことが重要です。介護職が看取り介護で行う役割としては大きく

- ・利用者様への身体的ケア
- ・利用者様への精神的ケア
- ・ご家族へのサポートの 3 つに分けられます。

身体的ケアの内容としては、以下の通りです。

排泄ケア 尿量や排便状況などは利用者様の体の状態を表すサインとなります。丁寧に行い、しっかりと観察しましょう。

食事（栄養・水分補給） 最期の時を迎えるに当たって食事量や水分量は徐々に下がっていきます。利用者様の状態に合わせた介助をしましょう。

口腔ケア 食事を食べる量が少なくなると口腔内が乾き、雑菌が繁殖しやすくなります。他の利用者様以上にこまめな口腔ケアが必要です。

入浴（清拭） 利用者様の状態が安定している時は入浴を、状態がよくない時は清拭を行い体の清潔を保ちましょう。

体位変換（褥瘡のケア・予防） 栄養状態が良くない方は褥瘡がしやすい状態です。こまめな体位変換、褥瘡に対する注意が必要です。

心理的ケア・精神的ケア

精神的ケアの内容としては、以下の通りです。

コミュニケーション、スキンシップ 終末期であっても意思疎通は可能です。利用者様から声を発することがなくても、こちらの声は届いているかもしれません。利用者様に対してまめに声を掛ける、手を握るなどして、安心して過ごせるよう配慮しましょう。

安心して過ごせる環境、人権プライバシーの尊重 本人の好きな音楽を流す、会いたい人に会う、部屋の清潔を保つなど、希望する最後を迎えられるよう本人の気持ちに沿った精神的ケアを行っていきましょう。

ご家族のケア

看取り期に入ると当然ご家族の気持ちは不安定になってくるため、精神的なサポートも必要となります。

よって細かな連絡や相談・説明が大切です。

適切な連絡や相談を行っているでご家族の満足度が大きく変わってきます。

ご家族のご希望や意向を汲み取り、亡くなった後の気持ちの整理などを含めたサポートを行うことも重要です。

常に側にいることができないご家族の気持ちに沿った支援を行っていきましょう。

介護職の看取り介護には不安がつきもの

看取り介護は人の死に向き合うもの、そのため不安はつきものです。

普通に生活している中で人の死に立ち会う機会はそう多くはありません。動揺するのは自然なことです。

看取り介護に対して不安を感じるから「自分が向いていない」というのではなく、「大切な場面をケアさせていただいている」と思うようにすると心が楽になります。

とはいえ精神論だけで不安を拭えるものではありません。

看取り介護を行う上で不安を和らげることができるポイントを2つ紹介します。

看取り介護の臨終看取り

看取り介護は

「利用者さんがもうすぐ亡くなってしまう」という不安の他に

「具体的にどのような介護をすればいいのか分からない」という不安もあると思います。看取り介護は医師の診断をきっかけとして、利用者さん本人・家族を主体に見直されたケアプランに沿った介護をすることとなります。看取り介護を行う上ではそのケアプランを確認し、具体的なポイントを抑えておくことが重要です。また看取り介護を実施している施設の殆どは、看取り介護の研修が行われています。その際には積極的に質問し、少しでも不安を解消しておきましょう。また、亡くなられた後はエンゼルケアとして遺体に触れることも多くあります。事前に先輩職員や看護師さんなどに話を聞き、心の準備をしておきましょう。

看護師としての相談できる協力体制を作る

いくら準備をしても予測外のことが起きれば誰もが慌ててしまいます。

よって、看取り介護を行う際は夜間でも看護職や上司に相談できる協力体制を作っていくことが重要です。わからないことについては医療スタッフに確認をとるようにしましょう。「何かあれば相談できる」

という安心感があることで、その他の業務にも落ち着いて取り組むことができます。

最期を目の当たりにするのは辛くて当然

いくら仕事とはいえ死を間近にした利用者さんと接して何も感じない方は殆どいません。利用者さんの最期を目の当たりにするのは誰もが辛いものです。また、その辛い感情は介護職の方が利用者さんにしっかりと向き合ってきた証拠でもあります。辛い気持ちや寂しい気持ちを感じながらも利用者さんにできるだけ安楽な最期を迎えられるよう、精一杯のお手伝いをしていきましょう。

仕事を覚えられる心の準備をする

施設の利用者さんに限らず、人は命がある限り必ずしが訪れます。普段元気な利用者さんと接していると忘れてしまいがちですが、目の前の利用者さんが近い将来に看取り介護に移行する可能性も少なくありません。看取り介護を実施している施設に勤めてる以上、普段から「最終的には利用者さんを看取る」ということを理解していくことで、心の準備が形成されていきます。また看取ることを理解することで、元気な利用者さんと過ごせる時間が有限であることに気付くことができます。普段何気なく介護にあたる時間が尊い時間に思えて、より良いケアを提供しようという気持ちにもなるでしょう。

無理せず自分の気持ちを吐き出し

利用者さんを看取った後は精神的な負担を強く感じるでしょう。辛い気持ちは抱え込まず、他の介護職員に話をしたり、適切なメンタルケアなどを受け気持ちを切り替えることが重要です。無理をせずしっかりと自分の気持ちを吐き出し、その経験を生かし未来の良いケアへと繋げていきましょう。

まとめ

看取り介護とは「人の死に向き合う」ため、誰もが不安を持つかもしれません。しかし現在、介護職に対して求められていることであり、とてもやりがいのある有意義な支援です。とはいえ利用者さんにより良い最後を迎えてもらうためには、適切な知識・技術・心構えが必要です。