

O-0558**横浜市青葉区における介護負担感の実態と影響を与える因子**

与島 桃子, 藤森 大吾, 江部 晃史, 澤田 麻里, 小林 勇仁, 板摺 美歩

横浜総合病院

key words 訪問リハビリテーション・在宅介護・介護負担感**【はじめに, 目的】**

横浜市青葉区は, 市内で 2 番目に人口が多く, 平均年齢は男女ともに高い地域である (男性 81.9 歳, 女性 88.0 歳)。また, 1 人暮らし高齢者数は市内 18 区中 12 位と少なく, 同居している人が多いことが特徴であるといえる。そのため同居家族(主介護者)の役割が大きいと考える。

当院訪問リハビリテーション(以下 訪問リハ)は, 横浜市青葉区訪問リハ利用者の約 40% (平成 25 年度)を担当している。訪問リハの役割として介護負担感の軽減が挙げられ, 先行研究による報告も多い。しかし当院担当地域における介護負担感へ与える因子は報告されていない。よって当院の利用者の調査を行い, 青葉区の高齢者とその家族の特徴を捉えること, 更に主介護者の介護負担感へ影響を与える因子を調べることを本研究の目的とし, 訪問リハの役割を検討した。

【方法】

対象は平成 26 年 4 月~8 月の当院訪問リハ利用者 106 名のうち, 独居を除き回答が得られた 78 名の主介護者とした。利用者は男性 38 名, 女性 40 名, 年齢 60~90 歳代である。

方法はアンケート調査とし, 平成 26 年 6 月 9 日から実施した。主介護者の基本情報として性別・年齢・利用者との関係・家族構成を調査した。介護負担感(8 項目から構成される短縮版 Zarit 介護負担度(以下 J-ZBI_8))を使用し中央値を算出, その結果より 9 点以上を高負担群(37 名), 9 点未満を低負担群(41 名)とし 2 群に分類した。比較項目は身体的・精神的健康度, 1 日の介護時間, 趣味・余暇活動の有無, それによる身体的・精神的開放度, 他の介護保険サービスの利用, 利用者 の Functional Independence Measure (以下 FIM) とし検討した。統計には Wilcoxon の順位和検定を使用し, 有意水準を 5% とした。

【結果】

主介護者は, 年齢 40 代未満 1 名, 40 代 5 名, 50 代 16 名, 60 代 17 名, 70 代 20 名, 80 代 18 名, 90 代 1 名。男性 22 名, 女性 56 名であった。利用者との関係は妻が最も多く 37% (29 名), 夫が 18% (14 名)であった。家族構成は 2 人が最も多く 60%, 3 人が 26% であった。

介護負担感(J-ZBI_8)より, 各質問項目の合計点数では両群ともに「行動に困ってしまうことがある」, 「家族や友人と付き合いづらくなっていると思う」, 「自分の社会参加の機会が減った」の項目で高値であり, 「そばにいると気が休まらない」の項目では高負担群のみ高値であった。しかし, 「誰かに介護を任せたいと思うことがある」の項目では両群ともに低値であった。

主介護者の身体的健康度ではとても・まあまあと思うと回答した割合は低負担群が 73%, 高負担群が 49% であり高負担群が 24% 低く, 精神的健康度では低負担群 88%, 高負担群 62% であり高負担群が 26% 低かった。また, 趣味・余暇活動に伴う精神的開放度は低負担群が 96%, 高負担群が 72% であり, 高負担群が 24% 低かった。介護期間は高負担群平均 64 ヶ月, 低負担群平均 45 ヶ月であった。これらの項目は各々有意差を認めた ($p < 0.05$)。介護者年齢, 1 日の介護時間, 趣味・余暇活動の有無, それに伴う身体的開放度, 他の介護保険サービスの利用, FIM に有意差は認められなかった。

【考察】

訪問リハ利用家族の半数以上は老々介護であった。J-ZBI_8 の結果より, 両群ともに介護上の対応や活動範囲の狭小化における項目が高値であった。介護負担感へ影響を与える因子として介護時間や FIM, 他の介護保険サービスの利用との関連は認められなかった。高負担群の特徴として, 介護期間が長期であること, 精神的・身体的健康度が低値であること, 趣味・余暇活動に伴う精神的開放度が低値であることが挙げられる。これらより, たとえ自分の時間が確保できていても, 心から安らげているわけではないと考えられる。

よって, 主介護者の介護予防を含めた社会参加を視野に入れた介入が必要であると考えられる。西井らは介護者に対しても本人に対すると同様に, 介護上の健康不安に対する相談といったような精神的なアプローチが必要になると述べている。そのため, 今までのリハビリ内容に加え, 写真などを利用した介助方法指導の徹底, 主介護者に対する声かけなど主介護者の精神的な負担を減らすことが重要であると考えられる。その上で地域の催し物を把握し提案するなど, 活動範囲の拡大に対して目を向ける働き掛けが介護負担感の軽減に繋がると考える。

【理学療法学研究としての意義】

本研究では, 主に横浜市青葉区の特徴を調査し, 訪問リハが医療と地域の繋がりにできる 1 つの役割を検討した。主介護者に対して精神的・社会参加を念頭に置いた援助が介護負担感の軽減となる可能性が示唆された。