

委員会報告

## コロナ禍に負けない!ながら離床

離床推進ファシリテーター 看護グループ  
三嶋 麻依<sup>1)</sup> 河合 佑亮<sup>2)</sup> 足立 拓也<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>牛久愛和総合病院 <sup>2)</sup>藤田医科大学病院 <sup>3)</sup>兵庫医科大学病院

私たち離床推進ファシリテーター看護グループは、看護業務しながら離床する、「ながら離床」を提案しています。今回、COVID-19 の世界的な大流行に伴い、医療現場では様々な弊害が発生しました。面会制限やリハビリの介入制限、三密を回避した行動、スタッフの人員不足など、看護を行う環境も一変しました。しかし、どんな状況でも私たち看護師は患者さんのそばで寄り添い看護を行います。制限が増えたから離床に関わる時間が減るのではなく、制限がある中でもできる離床、それがまさに、「ながら離床」です。

### コロナ禍でも行えるながら離床

病様々な制限がある中でも、工夫して実践しているながら離床の実例を紹介します。

#### 【患者家族支援】

面会制限の発生により家族に会えなくなった、会う時間が短くなった等家族との時間が制限されました。離床するために車椅子に乗車するのではなく、会えない家族のために離床する。これこそが、コロナ禍だからこそできる「ながら離床」だと考えます。



会えない家族へ座りながら手紙を書く



オンラインで家族に会うために  
座りながら髪を整える

#### 【感染対策】

COVID-19 の感染拡大により患者さん自身の感染予防に対する意識も高まっているのではないでしょうか。手洗いを目的とした離床をすることで、感染対策だけでなく、離床回数を増やすこともできます。

また、石鹼をポンピングする動作は意外と力を要しますし、日常生活で必要不可欠な動作でもあります。介助するのではなく、患者さん自身で行ってもらうことが大切です。些細なことはありますが、とても大切な、今だからこそ意識的に行える「ながら離床」の一つです。



#### 【最後に】

「忙しくて離床する時間なんてない」と思っても、少しの工夫でケアに離床の要素を加えることができると思います。気が付かないうちに、ながら離床をしていることが多いと思いますので、是非、意識してできるように取り組んでみてください。

ながら離床の実例を、日本離床学会ホームページ「学会プロジェクト」→「看護とながら離床」より公開しています。参考にしてみてください。