

Question: 4



離床すると本当に効果が出るのですか？

ベテランからの Answer

はい。ADLの早期回復を軸に、
様々な効果が期待できます。

解説

離床の効果として、最初に挙げられるのがADLの早期回復です。離床は、座位・立位・歩行といった活動を早期から促すことができます。その結果、ADLが回復⁷⁻¹⁰⁾し、入院期間が短くなる⁸⁻¹²⁾という効果が期待できます。さらに、離床と併せて総合的なケアを行うことは、急性期のせん妄予防にも役立ちます¹³⁾。一度せん妄を起こすと、死亡率は2割も上がる¹⁴⁾と言われており、しっかり離床を行って予防することが大切です。

01

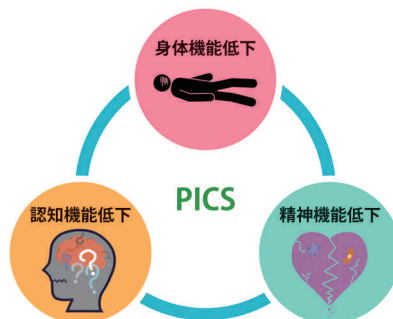
離床の基礎



勘どころ

身体機能ばかりに目が行きがちなけど・・・

離床というと身体機能の回復が目的と考えがちですが、急性期の患者さんは、退院後に精神機能や認知機能の障害を起こす可能性が高いといわれています（Post Intensive Care Syndrome; PICS）。PICSの発生率は63.5%にものぼるという衝撃の結果も報告¹⁵⁾されています。離床を早期に行えた人は、行えなかった人に比べて26%も精神障害の発生が少なかったという報告¹⁶⁾もあり、離床を行い、目に見えない精神機能や認知機能の障害もしっかり予防することが重要です。



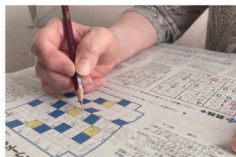
臨床でこう動く！

認知機能や精神機能の合併症予防

認知機能や精神機能に関する合併症を予防するためには、床上での作業も有用です。入院していると、日時や曜日などの認識ができてくなく、自ら動く課題も少なくなってしまうがちです。これらを補うべく、床上でも日記を付けたり、パズルを促してみましょう。



日記をつける



クロスワードパズルに取り組む



歯磨きは自分で行う

床上作業の例