

# 『タクティールケアの効果とは？』

## ～こころ穏やかに過ごしたい～

施設名：介護老人保健施設 信愛の丘

発表者：作業療法士 田中聖子

【はじめに】

『タクティールケア』とは、スウェーデン独特の療法で、認知症やガンの緩和ケアに用いられており、医療現場や施設、または保育所など幅広い分野で活用されている手技法である。

今回、入所者を対象にタクティールケア（以下、ケアと略す）を実施したところ、ケア開始前後にいくつかの変化がみられたので報告する。

【事例紹介及び経過】

**事例A氏**：84歳・男性 認知症、肺ガン  
**実施期間**：平成20年6月～（週3～4回実施）

### ケア開始前の様子

不眠、不穏、イスからの立ち上がりが多く落ち着かない。また、夜間帯介護への抵抗や暴言などがみられる。会話は少なく活動参加も拒否的。

### ケア開始後の様子

表情が穏やかで、会話や活動への参加が増えた。夜間覚醒や夜間の介護への抵抗や暴言が減少し、自から枕を準備してケアを要求するようになった。ケア中の会話の中で、『人間らしく、優しくしてもらっている感じがする』と本人の弁。

**事例B氏**：90歳・女性 脳出血（左麻痺）  
**実施期間**：平成20年7月～（週3～4回実施）

### ケア開始前の様子

身体的なことや悲観的な訴えが多く、排便に執着し下剤に依存的である。リハビリに対し『やっても無駄だから』と拒否的で日中は臥床傾向である。

### ケア開始後の様子

表情が明るくなり冗談交じりの会話や活動参加が増え、よく歌を唄うようになった。身体的な訴えや下剤の要求が減少した。また、リハビリに対して毎日のように希望される。『とっても、いい気持ち、一日中やってほしい』と本人の弁。

**事例C氏**：73歳、男性、脳梗塞（右麻痺）  
**実施期間**：平成20年8月～（週2～3回実施）

### ケア開始前の様子

易怒的で対人トラブルが多い。身体的な訴えが多く病院受診を要求される。リハビリ意欲低く、麻痺側上肢の動きに敏感で抵抗がある。

### ケア開始後の様子

表情が穏やかになり、対人トラブルや身体的な訴えが減少し心身面が安定してきた。リハビリに対して歩行意欲があり、協力的で歩行距離も延長、麻痺側上肢に触れても抵抗なく、緊張が和らぎ関節可動範囲が広がる。

【まとめ・おわり】

今回、当施設の入所者にタクティールケアの実施を試みたところ、『気持ちがいい』『眠たくなる』『落ち着く』『温かい』『体が軽くなる』『元気がでる』など様々な感想が聞かれた。また、心身がリラックスした状態になることで、緊張が和らぎ関節の動きが拡大したこと。さらに、リハビリに関心を持ち活動量が増えたことで、夜間も良く眠れるようになった。これらの変化は、精神的な部分が徐々に表れてくるため、小さな変化を見落とさず長期的に観察することが

必要となってくる。

このケアは疾病を問わず、もちろん健康な人にも効果的な手法とされている。タクティールケアの特徴である「皮膚と皮膚を介してのコミュニケーション」により1対1で関わり、時間を共有することが安心感や信頼関係を生み出すのである。コミュニケーションは、言葉のみではなく手で触れることや目を合わせることで関係が図れるといわれ、その関係をしっかりとることにより、さまざまな場面において効果を発揮すると考える。我々は、つい日々の業務に追われ、入所者に対し同じ目の高さで傾聴する姿勢を忘れてしまう傾向にある。このケアを取り入れて、ゆっくりとした時間を共有しながら、『触れる』『安心させる』ことの大切さを再認識できた。今後も、このケアを継続することで何らかの変化に期待したい。