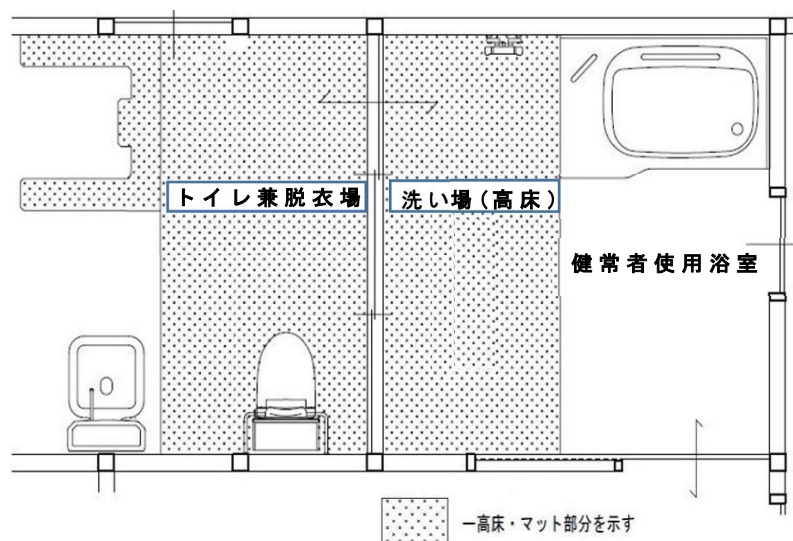
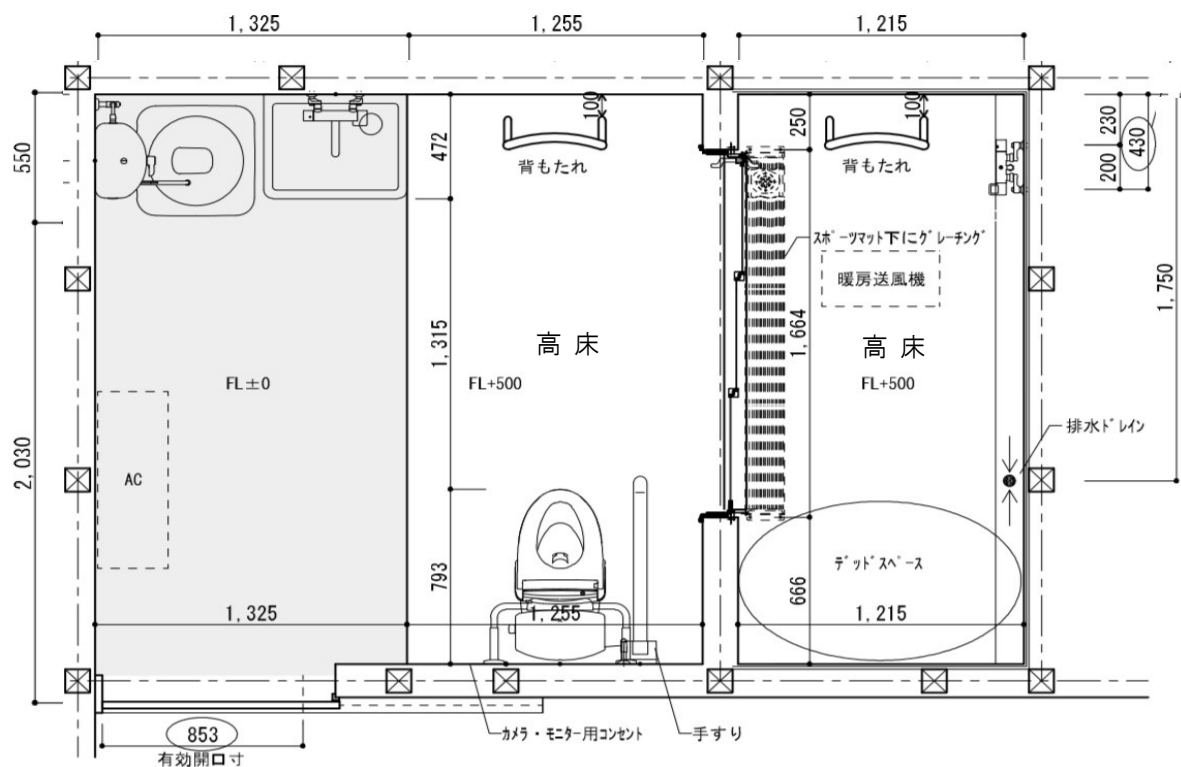


(8) 浴室

自力で入浴動作が行える方は高床式浴室やベンチ式浴室環境、もしくは自走式シャワーキヤリーを使用します。多くはシャワー浴動作の獲得を目標としますが、浴槽の出入り動作まで目標として獲得される方もいます。浴室環境では、脱衣場・洗い場・浴槽の整備計画を進めます。また、家族と共用の浴室にするのか、自力で実施する動作はシャワー浴のみなのか、自力もしくは介助で浴槽を使用するのかなどにより整備環境が異なるため、それぞれの状況を踏まえて検討します。介護中心のプランであっても、介助者や対象者本人の意向も取り入れながら計画を立てます。



浴室を健常者と共用する場合には、出入り口を別に設けて洗い場や水栓の場所をそれぞれ別に確保することもあります。その際、頸髄損傷者用の脱衣場と隣接している場合には、プライバシーを配慮して間の扉は透過性のないものにするなどの配慮を行います。失禁時の対応として健常者用の洗い場から直接高床の洗い場に移乗できるように切り込みを設けることもあります。

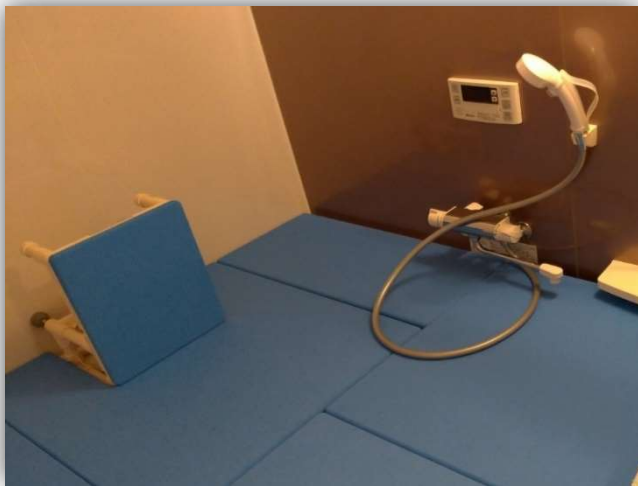


＜高床式浴室＞

- ・ 車椅子とほぼ同等の高さの台。
- ・ 姿勢保持のための背もたれが必要な場合もある。
- ・ 横幅は背もたれに寄りかかり、足を伸ばした姿勢（長座位）をとることができる広さが必要。縦幅は、姿勢を替えながら臀部を洗うことを考慮し、最低でも 1,100 mm は必要。
- ・ 洗い場は水廻り仕様にするために、床のかさ上げ+FPR 防水やパイプを組み合わせた台（イレクターパイプ）で製作することが多い。
- ・ 脱衣場の天板は、高床トイレとほぼ同様の半硬質ウレタンフォーム+合成レザーもしくはスポーツマットで作製する。
- ・ 天板表面は、プラスチック製のスノコ（15 mm 厚程度）+スポーツマットを使用。
※イレクター素材のものは、天板も合わせてオーダー作製可能。
- ・ 既存の浴室を使用する際には浴槽上部にも台（天板）を置くこともある（高さは揃える）。
- ・ 既存の浴室を改修する際は、壁の撤去（移動）や段差の解消を行い設置が可能になるかを検討する。

① 洗い場の配置

高床式浴室の洗い場には、背もたれや水栓（シャワー）を設置します。シャワーヘッドにはカフなどの補助具を取り付けることや、手元スイッチを押すだけでシャワーの吐水・止水操作が行える設備への変更が有効です。既存のシャワーを利用する場合には、洗体の場所を水栓などの入りに合わせて調整することもあります。



洗い場



シャワーヘッド（カフ）

② 背もたれ

姿勢を安定させるために、更衣場と洗体場に背もたれを設置します。イレクターパイプで作製した入浴台と一体型のものや、台とは別個にステンレス素材で作製するなどの方法があります。地肌に直接接触する箇所には、スポンジマットやメッシュ素材を使用したカバーを使用して、体を支えやすいようにグリップを設けます。



背もたれ～ステンレス素材～



イレクター素材で作製

③ 浴槽

高床式浴室では自力で浴槽の出入りを行うために浴槽の縁を洗い場と同じ高さに合わせて設置します。深さは 500 mm～550 mm程度の和洋折衷タイプの浴槽が比較的有効に使用できます。浴槽の出入りはほふく動作やプッシュアップ動作で行います。既存の浴槽を使用する計画の場合には、高床の台と浴槽の高さや配置が合わないことも多くあります。全介助で浴槽に浸かる際には、吊り下げ式のリフトを整備すると介助者の負担が少なくなります。



浴槽出入り(ほふく)



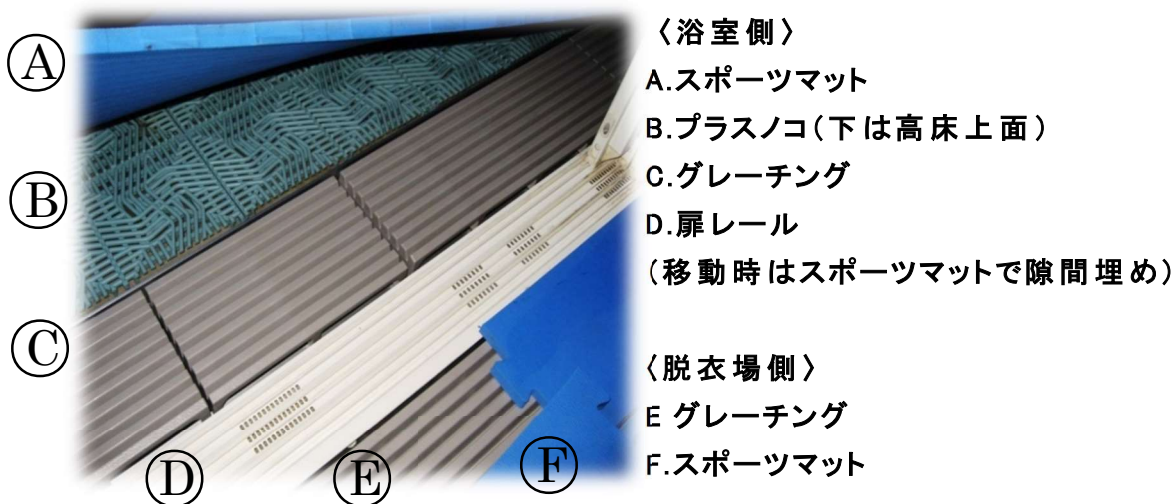
浴槽出入り(プッシュアップ)

④ 連続したトイレと浴室

排便の項にも記載していますが、高床のトイレと浴室を隣り合わせて配置させ、入浴時の更衣場所をトイレスペースで兼用し、扉かシャワーカーテンで区切ります。扉を設置する場合には開け閉めの方法や有効に利用できる開口幅の検討を行います。カーテンの場合には、浴室からの水が更衣場所に流れていかにないように、水はけの配慮やカーテン下部に錘を入れて水の流動を防ぐ工夫をします。水廻りに近いので、トイレ台の素材は木などの腐食しやすい素材の使用を最小限にしたほうが良いでしょう。

⑤ 水はけ(浴室下のスノコと扉のグレーチング)

高床台を整備する際には、グレーチングや排水溝の位置に配慮します。特に脱衣場との境には留意します。スポーツマットを使用する場合にはパンチ穴を開け、下部にはプラスノコを入れると有効です。水の流れる方向が脱衣場側にならないように配慮します。

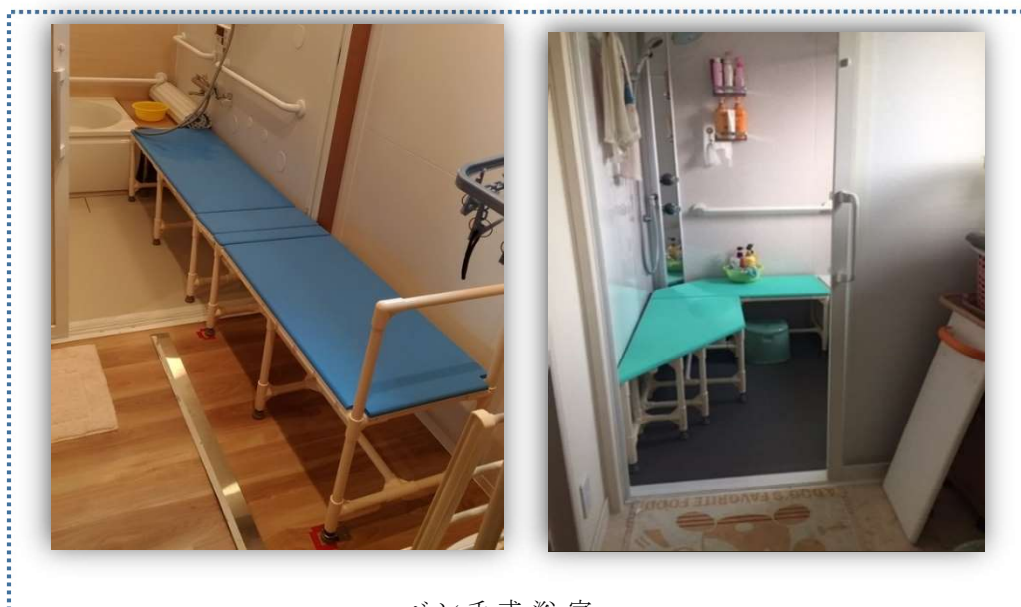


⑥ 集合住宅(マンションや賃貸住宅)

集合住宅では大幅な改修が出来な場合が多く、浴室台はイレクターパイプで作製する例がおおくあります。その際には、浴室扉の開閉動作が困難な場合があるので、扉を外してシャワーカーテンを設置する方法を用います。

＜ベンチ式（端座位）浴室＞

- ・ 車椅子とほぼ同等の高さの台（端座位用）。
- ・ 同居者と浴室の兼用が容易にできるメリットがある。
- ・ 姿勢保持のために手すりを設置することもある。
- ・ 縦幅は背もたれに寄りかかり、膝から末梢を下した姿勢（端座位）になる。姿勢を替えながら臀部を洗うため、肘をつくなど姿勢を保持するための横幅が必要な場合もある。
- ・ 一般的な浴室にパイプを組み合わせた台（イレクターパイプ）を作製して使用するケースが多い。
- ・ 更衣動作用の台を設置できない場合には、ベッド上など別場所で着替えを実施する。
- ・ 既存の浴室に設置する場合には、洗体・更衣動作の場所や移乗動作を含めた動作の動線を考慮する。
- ・ 改修のために既存の浴室を拡張することもある。



ベンチ式浴室

＜シャワーキャリー（自走式・介助式）＞

- ・ 住宅改修が困難な場合や身体状況により端座位姿勢での入浴が望ましい場合に選択される。
- ・ シャワーキャリーは市販のものを使用する場合と、オーダーで作製する場合とがある。
- ・ 自走式の場合は、オーダーメイドでの作製となる。
- ・ 自走式を使用して動作を行う場合には、自力で車椅子への乗り換えを行う場所が必要。（ベッドやプラットホームなど）
- ・ 自力で更衣を行う際には、ベッド上などで実施する。
- ・ 長時間の座位姿勢となるため、座面の褥瘡予防への配慮は不可欠。
- ・ 既存の浴室においては、段差の解消を必要とする場合もある。

① 更衣場所

シャワーキャリーでの入浴ではベッド上で更衣を行い浴室に移動する場合があるで、トイレ動作同様にプライバシーに配慮します。

② 入浴後の処理

シャワーキャリーの乗車したまま浴室外に移動する際には、キャリーから滴る水滴の後処理が必要です。駆動動線は極力短い方が良いでしょう。



自走式(オーダー)

～入浴時の合併症の予防について～

頸髄損傷者は体温調節障害を有しているために、冷暖房による温度管理を行います。また、褥瘡予防に関しても最新の注意が必要です。更衣場を設ける際には、トイレと同様に反硬質ウレタンフォームで作製したクッションや、スポーツマットの使用が望ましいです。洗い場にはスポーツマットを使用した上でジェルクッションを敷くなどの配慮をします(褥瘡のリスクの高い方では、更衣場でもジェルクッションを使用します)。シャワーキャリーには、トイレの項にある褥瘡予防効果のある特殊円座を使用します。シャワーや浴槽のお湯の吹き出し口で熱傷(もしくは低温熱傷)を負わないように注意してください。



洗い場のジェルマット

～介助者への配慮～

入浴介助では、介助者が腰を低くした姿勢で作業することが多くなる傾向があり、身体的な負担をかけることが予測されます。高床の介助中心の台を設置する際には、介助者の負担の少ない高さに設定することが望ましいです。また、シャワーキャリーでの洗体介助では、本人の姿勢に問題がなければ、足部を上げておく台を設置する方法もあります。浴槽の出入りやシャワー車椅子の乗り移りを介助する際には、リフトなどの機器の使用を検討します。

～イレクターパイプで台を作製する際の留意点～

点検や排水の管理孔やコンセント位置などが、イレクターパイプに干渉されないように設計してください。また、台下の掃除が行いやすいような分割構造にしておく有効です。

※後述の事例の項を参照

～天井走行式リフト動線

～リフトの動線～

介助を交えて入浴を行う際のリフト(天井走行式・固定式)の配置は、使用用途(移動の介助・浴槽の出入りなど)を考慮して設定します。

