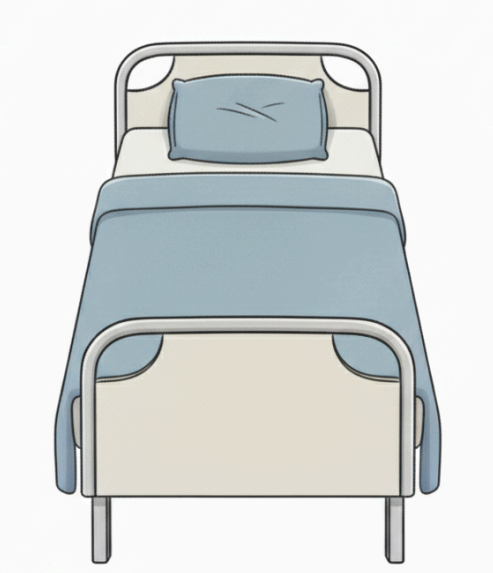
げんまい新聞

第16号　日々の在宅医療介護に役立つ知恵と情報をお届けします

製作者
玄米
クリニック
西原町翁長834
トムズビル2階
☎098-944-6663

ご存知ですか？「介護ベッド」がご本人とご家族の毎日を楽にする理由



ご自宅で介護される方から、「ベッドからの起き上がりが大変」「介助で自分の腰が痛い」といったお悩みをよく伺います。「介護ベッド」と聞くと、本格的な介護を連想されるかもしれませんが、これは「病人のためのもの」ではありません。むしろ、ご本人の自立を助け、介護するご家族の負担を軽くするための、非常に心強い福祉用具です。
介護ベッドがご家庭にあることで得られるメリットを、分かりやすくご紹介します。

1．介護ベッドは「普通のベッド」と何が違う？

介護ベッド（特殊寝台とも呼ばれます）の最大の特徴は、リモコン操作でベッドの高さや角度を変えられる「電動モーター」がついていることです。主な機能は3つあります。

1．背上げ（背中を上げる）機能

- ベッドの背中部分が起き上がり、ご本人がご自身の力で、あるいは少しの介助で楽に起き上がれます。食事をしたり、テレビを見たりする時にも、楽な姿勢を保てます。

2．高さ調節（ベッド全体の高さを変える）機能→これが非常に重要な機能です。

- ご本人が立ち上がる時： ベッドを一番下まで下げれば、万が一ベッドから落ちた時のケガのリスクを減らせます。また、ご本人の足が床にしっかり着く高さに調節すれば、立ち上がりが格段に楽になります。
- ご家族が介護する時： おむつ交換や着替え、体の向きを変える（体位変換）などの介助をする時、ベッドの高さを介護しやすい位置（介助者の腰の高さ）まで上げることができます。これにより、介助するご家族の腰痛予防に絶大な効果を発揮します。

3．膝上げ（膝の部分を上げる）機能

- 背中を上げた時に、膝も少し上げることで、体が足元にずり落ちてしまうのを防ぎます。より安定した楽な姿勢を保つことができます。

2. 介護ベッド導入のメリット

では、具体的にどのような良いことがあるのでしょうか。

ご本人にとってのメリット:

- 「自分でできる」が増える: 背上げ機能で、これまで「よっこいしょ」と大変だった起き上がりが楽になり、ベッドから離れて活動しようという意欲につながります。
- 転倒リスクの減少: 高さを調節して立ち上がりやすくなるため、ふらつきによる転倒を防ぎます。
- 快適な姿勢で過ごせる: 背中や膝の角度を細かく調節できるため、楽な姿勢を見つけやすくなります。

ご家族（介護者）にとってのメリット:

- 身体的な負担が激減する（特に腰痛予防）: これまで中腰で行っていた作業を、立ったまま楽な姿勢で行えます。無理な力でご本人を抱え上げる必要がなくなります。
- 介護の時間が短縮できる: 動作がスムーズになり、着替えやおむつ交換が効率的に行えます。
- 精神的な安心感: ご本人が安全に立ち上がれたり、楽な姿勢で休んでいたりする姿を見ることで、介護する側の安心感にもつながります。

3. 介護ベッドはどうやって導入するの？「購入」より「レンタル」が一般的です

「良さそうだけど、高額なのでは？」とご心配かもしれません。
介護ベッドは、介護保険を利用してレンタル（貸与）するのが一般的です。

- 対象となる方: 原則として**「要介護2」以上**の認定を受けている方。
- ※要支援1・2、要介護1の方でも、特定の条件（例：日常的に起き上がりが困難など）に該当すれば、例外的にレンタルが認められる場合があります。
- 費用: レンタル費用の1割（所得に応じて2割または3割）の自己負担で利用できます。機種にもよりますが、月額500円〜1,000円程度で利用できるケースが多くなっています。
- レンタルの利点:
- 体の状態が変わった時に、別の機種（例：2モーターから3モーターへ）に交換してもらいやすい。
- 業者が定期的にメンテナンス（点検）をしてくれる。

4. まずは誰に相談すればいい？

「うちも介護ベッドを使った方がいいかも」と思ったら、まずは担当のケアマネジャー（介護支援専門員）さんにご相談ください。
ケアマネジャーさんが、ご本人の体の状態やご自宅の環境（部屋の広さなど）を確認し、どのようなベッド（モーターの数、ベッドの幅など）が最適か、福祉用具の専門家（福祉用具専門相談員）と一緒に考えてくれます。

まとめ

介護ベッドは、ご本人の尊厳と自立を守り、同時に、介護するご家族の体と心を守るための大切なパートナーです。「まだ早い」と遠慮せず、「お互いが楽になるため」の第一歩として、ぜひ導入を検討してみてはいかがでしょうか。