

代替案のリスト

行動 拘束の種類	点滴ルート類自己抜去 ミトン、安全ベルト手	膀胱留置カテーテル自己抜去 ミトン、安全ベルト手
行動の理由・原因を探り、対応する	<input type="checkbox"/> 自己抜去や気になる理由について本人に直接聞く、探る <input type="checkbox"/> 点滴ルート挿入による痛みや不快感→刺入部の観察、必要時入れ替え <input type="checkbox"/> 固定部位の皮膚のかゆみやひきつり→固定方法の工夫、貼付剤の変更 <input type="checkbox"/> 点滴ルートが入っていることや必要性が理解できない→目的や必要性について繰り返しわかりやすく説明、固定テープの上に「大事なもののなのでさわらないで」等と書く、実物を見せる <input type="checkbox"/> ルートが目障り→視界に入らないようにする <input type="checkbox"/> ラインが短く引っ張られる→ラインの延長 <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 自己抜去や気になる理由について本人に直接聞く、探る <input type="checkbox"/> 膀胱留置カテーテル挿入による痛みや不快感→挿入部や閉塞がないか、流出しているかの観察、固定水の確認、必要時入れ替え、鎮痛剤の使用 <input type="checkbox"/> 固定部位の皮膚のかゆみやひきつり→固定方法の工夫、貼付剤の変更 <input type="checkbox"/> 膀胱留置カテーテルが入っていることや必要性が理解できない→目的や必要性についてわかりやすく説明、実物を見せる <input type="checkbox"/> その他()
見守りの強化・工夫	<input type="checkbox"/> スタッフの目の届く場所で行う <input type="checkbox"/> 観察や巡回の回数を増やす <input type="checkbox"/> 補助者など多職種の応援体制を調整する <input type="checkbox"/> 家族に協力を得る、家族面会時の解除 <input type="checkbox"/> 検温やケア時、見守り時の身体拘束解除 <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> スタッフの目の届く場所で見守る <input type="checkbox"/> 観察や巡回の回数を増やす <input type="checkbox"/> 補助者など多職種の応援体制を調整する <input type="checkbox"/> 家族に協力を得る、家族面会時の解除 <input type="checkbox"/> 検温やケア時、見守り時の身体拘束解除 <input type="checkbox"/> その他()
見えない、気にならない工夫	<input type="checkbox"/> 襟から袖の中に通す <input type="checkbox"/> ズボンの中に通す <input type="checkbox"/> 刺入部を包帯で覆う <input type="checkbox"/> アームカバー等の着用 <input type="checkbox"/> 上腕など目につかない場所でルートをとる <input type="checkbox"/> 実施中、会話や本人が取り組める作業(塗り絵、計算など)を提供し患者の気分を紛らわす <input type="checkbox"/> 一緒に手を繋いで歩くなど、患者の行動に付き添う <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> ズボンの中に通す <input type="checkbox"/> 必要時膀胱留置カテーテルを包帯等で下肢に固定する <input type="checkbox"/> 実施中、会話や本人が取り組める作業(塗り絵、計算など)を提供し患者の気分を紛らわす <input type="checkbox"/> 一緒に手を繋いで歩くなど、患者の行動に付き添う <input type="checkbox"/> その他()
治療方法についての医師との話し合い	<input type="checkbox"/> 点滴時間や回数の検討(日中点滴、入眠中の実施、点滴時間の変更など) <input type="checkbox"/> 抜き差しでの対応 <input type="checkbox"/> 点滴の必要性を医師を含めて話し合う <input type="checkbox"/> 飲水など他の代替的な方法について話し合う <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 膀胱留置カテーテルの抜去について医師を含めて話し合う <input type="checkbox"/> その他()
患者の日常生活行動に応じた環境調整	<input type="checkbox"/> 点滴棒・スタンドの位置について、個別に検討	<input type="checkbox"/> カバーの使用
基本的ケアの提供	<input type="checkbox"/> 入浴の際、石けんをつけすぎたり皮膚を擦りすぎたりしない <input type="checkbox"/> 入浴後は保湿クリームを用いるx <input type="checkbox"/> ケアや処置前後のねぎらいの声かけ <input type="checkbox"/> 「抜いちゃだめ」「やめて」などのスピーチロック、行動制止、怒る等の対応はしない	<input type="checkbox"/> 入浴の際、石けんをつけすぎたり皮膚を擦りすぎたりしない <input type="checkbox"/> 入浴後は保湿クリームを用いる <input type="checkbox"/> ケアや処置前後のねぎらいの声かけ <input type="checkbox"/> 「抜いちゃだめ」「やめて」などのスピーチロック、行動制止、怒るなどの対応はしない
その他	<input type="checkbox"/> せん妄リスクマネジメントフローチャートでせん妄(リスク)あり→せん妄の予防的ケアの実施、看護計画「急性混乱」立案と実施・評価 <input type="checkbox"/> 看護計画「転倒転落リスク」立案と実施・評価 <input type="checkbox"/> 認知症がある場合、看護計画「慢性混乱」立案と実施・評価 <input type="checkbox"/> 看護部倫理委員会への相談 <input type="checkbox"/> チーム(身体拘束最小化チーム、認知症・せん妄ケアサポートチーム、精神科リエゾンチーム等)への相談 <input type="checkbox"/> 多職種の協力を得る <input type="checkbox"/> 多職種医療者カンファレンス <input type="checkbox"/> 入院前のケアや対応方法について家族等や施設職員から情報収集する	

*以下の文献から引用・抜粋・一部改変
 厚生労働省「身体拘束ゼロ作成推進会議」(2001):「身体拘束ゼロへの手引き 高齢者ケアにかかわるすべての人に」
 日本看護倫理学会 臨床倫理ガイドライン検討委員会(2015):「身体拘束予防ガイドライン」

行動 拘束の種類	経管栄養チューブ自己抜去 ミトン、安全ベルト手	転倒転落 おきたくん、車いすベルト、安全ベルト胴、下肢
行動の理由・原因を探り、対応する	<input type="checkbox"/> 自己抜去や気になる理由について本人に直接聞く、探る <input type="checkbox"/> チューブ挿入による痛みや不快感→チューブの変更 <input type="checkbox"/> 固定部位の皮膚のかゆみやひきつり→固定方法の工夫、貼付剤の変更 <input type="checkbox"/> チューブが入っていることや必要性が理解できない→わかりやすい説明、鏡を見せる <input type="checkbox"/> チューブが目障り→視界に入らないようにする <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 行動の理由について本人に直接聞く、探る <input type="checkbox"/> トイレに行きたい→排泄間隔の観察・把握と排泄誘導 <input type="checkbox"/> 何かものを取りたい→手の届く位置に配置、環境整備 <input type="checkbox"/> 安静や同一体位による身体的苦痛がある→苦痛の緩和、体位交換、離床 <input type="checkbox"/> 不安や寂しさ、遠慮などがある→見守る、話を聴く、呼んで欲しいことを伝える、家族の協力 <input type="checkbox"/> 家に帰りたい→理由を探る、気分転換、家族の協力、家族の面会の時間を伝える、紙に書いて渡す <input type="checkbox"/> 人を呼ぶ方法がわからない: ナースコールの使用について繰り返し説明、実際に押してみる、紙に書いて掲示する <input type="checkbox"/> その他()
見守りの強化・工夫	<input type="checkbox"/> スタッフの目の届く場所で行う <input type="checkbox"/> 観察や巡回の回数を増やす <input type="checkbox"/> 補助者など多職種の応援体制を調整する <input type="checkbox"/> 家族に協力を得る、家族面会時の解除 <input type="checkbox"/> 検温やケア時、見守り時の身体拘束解除 <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 見守りやすい場所で過ごしてもらう <input type="checkbox"/> 観察や巡回の回数を増やす <input type="checkbox"/> 補助者など多職種の応援体制を調整する <input type="checkbox"/> 離床キャッチ、座コールの使用 <input type="checkbox"/> 家族に協力を得る、家族面会時の身体拘束解除 <input type="checkbox"/> 検温やケア時、見守り時の身体拘束解除 <input type="checkbox"/> その他()
見えない、気にならない工夫	<input type="checkbox"/> 固定方法の工夫: 視野に入らず引っぱられないよう、鼻柱にそって額にテープで固定する、横に出して耳にかける、襟に固定する <input type="checkbox"/> 貼付剤の変更 <input type="checkbox"/> 実施中、会話や本人が取り組める作業(塗り絵、計算など)を提供し患者の気分を紛らわす <input type="checkbox"/> 一緒に手を繋いで歩くなど、患者の行動に付き添う <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> クリップ式センサー(おきたくん)は離床センサー付ベッドへの変更を検討 <input type="checkbox"/> クリップ式センサー(おきたくん)作動時の訪室や声かけは監視されている等の不快感とならないよう配慮する <input type="checkbox"/> 会話や本人が取り組める作業(塗り絵、計算など)を提供し患者の気分を紛らわす
治療方法についての医師との話し合い	<input type="checkbox"/> 経口摂取の可能性を探る <input type="checkbox"/> 注入時間や回数、量の検討 <input type="checkbox"/> 注入の方法の検討(OE法、OG法、間欠的NG法、寒天法、凝固剤の使用) <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 安静度の拡大について話し合う <input type="checkbox"/> 薬剤によるふらつきが生じていないか確認する <input type="checkbox"/> その他()
患者の日常生活行動に応じた環境調整	<input type="checkbox"/> 注入時の場所や時間、チューブの位置について個別に検討 <input type="checkbox"/> 安楽な体位や姿勢での注入 <input type="checkbox"/> 姿勢が崩れることによる自己抜去のリスクへ対応	<input type="checkbox"/> 転倒しても骨折やけがをしないような環境を整える(物理的環境) <input type="checkbox"/> 緩衝マットや滑り止めマットの使用(必要時固定する) <input type="checkbox"/> コード類の固定 <input type="checkbox"/> ベッドを低床とする <input type="checkbox"/> スイングバーへの変更、たてルンバーの設置 <input type="checkbox"/> ベッドの配置の検討(例: 壁付けなど) <input type="checkbox"/> ベッド柵カバーの使用 <input type="checkbox"/> 畳・マットレスでの対応(1日1回の床掃除が必須) <input type="checkbox"/> 最小限の物品とし、動線上の障害物をなくす <input type="checkbox"/> 配管など突出物や角の保護(緩衝剤で覆う、施設課に相談) <input type="checkbox"/> ヒッププロテクター、保護帽子などの使用 <input type="checkbox"/> その他()
基本的ケアの提供	<input type="checkbox"/> 入浴の際、石けんをつけすぎたり皮膚を擦りすぎたりしない <input type="checkbox"/> 入浴後は保湿クリームを用いる <input type="checkbox"/> ケアや処置前後のねぎらいの声かけ <input type="checkbox"/> 「抜いちゃだめ」「やめて」などのスピーチロック、行動制止、怒る等の対応はしない	<input type="checkbox"/> バランス感覚の向上や筋力アップのための段階的なリハビリプログラムを組む <input type="checkbox"/> 栄養状態の改善を図るなど全体的な自立支援を図る <input type="checkbox"/> 車いすに長時間座らせたままにならない工夫 <input type="checkbox"/> 本人に適した車いすを使用する <input type="checkbox"/> ケアや処置前後のねぎらいの声かけ <input type="checkbox"/> 「動いちゃだめ」「やめて」などのスピーチロック、行動制止、怒るなどの対応はしない
その他	<input type="checkbox"/> せん妄リスクマネジメントフローチャートでせん妄(リスク)あり→せん妄の予防的ケアの実施、看護計画「急性混乱」の立案と実施・評価 <input type="checkbox"/> 看護計画「転倒転落リスク」の立案と実施・評価 <input type="checkbox"/> 認知症がある場合、看護計画「慢性混乱」の立案と実施・評価 <input type="checkbox"/> 看護部倫理委員会への相談 <input type="checkbox"/> チーム(身体拘束最小化チーム、認知症・せん妄ケアサポートチーム、精神科リエゾンチーム等)への相談 <input type="checkbox"/> 多職種の協力を得る <input type="checkbox"/> 多職種医療者カンファレンス <input type="checkbox"/> 入院前のケアや対応方法について家族等や施設職員から情報収集する	

*以下の文献から引用・抜粋・一部改変
厚生労働省「身体拘束ゼロ作成推進会議」(2001):「身体拘束ゼロへの手引き 高齢者ケアにかかわるすべての人に」
日本看護協会 臨床倫理ガイドライン検討委員会(2015):「身体拘束予防ガイドライン」

各職場で必要な状況と代替案

行動 拘束の種類	脱衣・おむつはずし・放尿 抑止着、ミトン、安全ベルト手	(例:救命救急センター)気管挿管チューブの自己抜去 ミトン 安全ベルト手
行動の理由・原因を探り、対応する	<input type="checkbox"/> 行動の理由について本人に直接聞く、探る <input type="checkbox"/> トイレに行きたい、失禁による不快感→排泄間隔の観察・把握と排泄誘導など <input type="checkbox"/> 腹部不快感や残便感→排便コントロール、排泄方法の検討(腹圧がかけられるようトイレに座るなど) <input type="checkbox"/> おむつ装着による違和感、しめつけ、陰部や皮膚の掻痒感→おむつに頼らない排泄方法の検討、おむつのあて方、種類の変更、清潔の保持 <input type="checkbox"/> 下剤や浣腸による腹痛や便意→予測される反応時間での排泄誘導 <input type="checkbox"/> おむつ、尿器、ポータブルトイレでは排泄できない→排泄方法、場所について患者と相談する <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 喉の違和感→挿管されていることの説明 <input type="checkbox"/> 喉の違和感→フェンタニルの持続投与検討 <input type="checkbox"/> 口腔内の唾液貯留→吸引 <input type="checkbox"/> 固定テープの掻痒感→張り替え <input type="checkbox"/> 口渇→スポンジブラシでの口腔ケア <input type="checkbox"/> 口渇→アイス棒で口腔内潤す <input type="checkbox"/> 人工呼吸器の蛇管の重さ→蛇管の位置変更 <input type="checkbox"/> 筆談, 指で看護師の掌に文字で訴えてもらう工夫をする <input type="checkbox"/> 可能ならギャッジアップを推奨し状況理解を助ける
見守りの強化・工夫	<input type="checkbox"/> 見守りやすい場所で過ごしてもらう <input type="checkbox"/> 観察や巡回の回数を増やす <input type="checkbox"/> 補助者など多職種の応援体制を調整する <input type="checkbox"/> 検温やケア時、見守り時の身体拘束解除 <input type="checkbox"/> 家族に協力を得る、家族面会時の身体拘束解除 <input type="checkbox"/> その他()	<input type="checkbox"/> 見守りやすい場所で過ごしてもらう <input type="checkbox"/> 観察や巡回の回数を増やす <input type="checkbox"/> チーム内での応援体制を調整する <input type="checkbox"/> 検温やケア時、見守り時の身体拘束解除 <input type="checkbox"/> 家族に協力を得る、家族面会時の身体拘束解除 <input type="checkbox"/> その他()
見えない、気にならない工夫	<input type="checkbox"/> かゆみを忘れるような活動での気分転換 <input type="checkbox"/> パットの重ねづけ、おむつのしめつけによる不快感の軽減	<input type="checkbox"/> 呼吸回数他の多少の変動で呼吸器アラームが鳴る際は医師と設定について検討する
治療方法についての医師との話し合い	<input type="checkbox"/> 安静度の拡大について話し合う <input type="checkbox"/> 緩下剤の相談 <input type="checkbox"/> 掻痒感への対応(塗り薬、内服薬など) <input type="checkbox"/> その他() <input type="checkbox"/> 安静度が制限されている場合、排尿時のみの立位やポータブルトイレへの移動が可能か医師と相談	<input type="checkbox"/> 医師と適切な鎮痛鎮静について検討する <input type="checkbox"/> 日中は鎮静を一旦OFFにし覚醒状況を確認(鎮静量が増えないようにする 早期抜管に備える) <input type="checkbox"/> 自発呼吸が安定していればCPAPモード、NIPPV、NHFへの変更を医師と検討する
患者の日常生活行動に応じた環境調整	<input type="checkbox"/> 部屋の室温や湿度の調整 <input type="checkbox"/> トイレの場所がわからない→掲示や床へ動線のテープを貼る	
基本的ケアの提供	<input type="checkbox"/> 入浴の際、石けんをつけすぎたり皮膚を擦りすぎたりしない <input type="checkbox"/> 入浴後は保湿クリームを用いる <input type="checkbox"/> ケアや処置前後のねぎらいの声かけ <input type="checkbox"/> 「やめて」などのスピーチロック、行動制止、怒る等の対応をしない <input type="checkbox"/> 本人の不快感の有無を確認、観察し、タイミングをはかり寝衣やシーツを交換する	<input type="checkbox"/> 各勤務口腔ケア <input type="checkbox"/> 全身清拭 <input type="checkbox"/> 洗髪 <input type="checkbox"/> 2時間おきの体位交換 <input type="checkbox"/> 手浴 足浴による気分転換 <input type="checkbox"/> 家族の面会を促す <input type="checkbox"/> 関節可動域訓練(ROM)
その他	<input type="checkbox"/> せん妄リスクマネジメントフローチャートでせん妄(リスク)あり→せん妄の予防的ケアの実施、看護計画「急性混乱」立案と実施・評価 <input type="checkbox"/> 看護計画「転倒転落リスク」立案と実施・評価 <input type="checkbox"/> 認知症がある場合、看護計画「慢性混乱」立案と実施・評価 <input type="checkbox"/> 看護部倫理委員会への相談 <input type="checkbox"/> チーム(身体拘束最小化チーム、認知症・せん妄ケアサポートチーム、精神科リエゾンチーム等)への相談 <input type="checkbox"/> 多職種の協力を得る <input type="checkbox"/> 多職種医療者カンファレンス <input type="checkbox"/> 入院前のケアや対応方法について家族等や施設職員から情報収集する	

*以下の文献から引用・抜粋・一部改変
 厚生労働省「身体拘束ゼロ作成推進会議」(2001):「身体拘束ゼロへの手引き 高齢者ケアにかかわるすべての人に」
 日本看護倫理学会 臨床倫理ガイドライン検討委員会(2015):「身体拘束予防ガイドライン」