

モニター期間: 2011年2月~10月

対象者	処方	実施前と後の状態	コメント
Kさん (90代女性)	<ul style="list-style-type: none"> 光照射 朝食前の待ち時間と朝食中の合計1時間。 55cm、5000ルクスで照射。 	<p>タイプ: 昼夜逆転型</p> <p>実施前: 典型的な昼夜逆転型で、日中は積極的に連れ出しを行い、レクリエーション等の参加を促しているが、午前・午後ともに車椅子上で寝ていることが多く、食事中でも寝てしまう。そのため、栄養の確保・水分がしっかりと摂れずに体調を崩してしまう事もあった。日中に睡眠をとっているため、夜間は不眠傾向となり臥床するも起きてしまい不穏が続く状態であった。</p> <p>実施後: 光照射を開始してから徐々に効果が表れ始め、日中覚醒する時間が増えてきた。以前よりも日常生活が活性化し、消極的であったレクリエーションやリハビリにも意欲的に参加をするようになり、その結果夜間の安眠にも繋がった。</p>	<p>光照射が有効であったと職員全員が感じ、効果に驚いた。実施前にアセスメントを行い、効果確認後に光療法を中止したところ約2週間で元の状態に戻り、再開すると再度良好な状態に回復した。</p> <p>現在も自ら読書をしたり、ブライトライトの照射期間が終了した後も、自ら『今日は光を浴びないのか』という声が聞かれるほどであった。今後も継続して行いたいと思う。</p> <p>結果判定: 1. 著効 2. 効果あり 3. 少し効果あり 4. 効果なし</p>
Tさん (70代男性)	<ul style="list-style-type: none"> 光照射 朝食前の待ち時間と朝食中の合計1時間。 55cm、5000ルクスで照射。 	<p>タイプ: <u>低活動・便秘</u></p> <p>実施前: 夜間の睡眠に関しては問題なく休まれている。日中もベッド上にいる時間が多く、レクリエーション等の参加を促してはいるが強く拒否され低活動である。また、自然排便が出来ず、毎回座薬(3日に1回)を使用している状態である。</p> <p>実施後: 照射を開始してから3週間経過しても大きな変化は現れなかったが、昼間に起きている時間がやや増えて、何事にも自発的行動が見られるようになってきた。強い拒否反応を示していたレクリエーションにも嫌々ながら参加されるようになり、以前より笑顔が増えてきた。また、座薬を使用する回数も減り、自然排便に繋がった。</p>	<p>一日中ベッドに寝ている低活動であったため、昼夜のメリハリを付ける目的で光療法を実施した。また、光療法により排便が改善するとの文献があったことも実施を後押しした。</p> <p>光療法により昼間は起きている時間が増えたものの、昼夜のメリハリというほどのはっきりとした効果までは至らず多少残念な部分もある。何か別の要因があるのではないかと思う。排便が改善したことは大きな成果だ。</p> <p>実施前にアセスメントを行い、効果確認後に光療法を中止したところ4日程度で元の状態に戻り、再開するとやや昼夜のメリハリが改善した。</p> <p>大きな改善は認められなかったものの、照射を実施してみて、確実に本人の中では変化が生じているようである。毎日面会に来られるご家族様も変化を感じ、『以前に比べ、最近よく話をするようになった。』と喜ばれていた。</p> <p>結果判定: 1. 著効 2. 効果あり 3. 少し効果あり 4. 効果なし</p>

施設長・医師・看護師長へのアンケート

今回、光療法のモニターを実施いただき、全体的に感じたことをご記入いただけますでしょうか。
(例： 効果性、実用性、運用面での問題、患者の負担、改善点、情報配信のやり方、他への展開方法、等々)

今回、光療法を実施するに当たり、まず懸念されたことは、素直に利用者が受け入れるかだったが、嫌がる様子もなくスムーズに開始が出来た。
また、施設側としては、職員が事前に光療法を十分理解してから開始したこと、評価方法を統一して実施したこと、1件ずつ実施したことなどにより、職員の負担増もなく、評価上の不一致もなく、全体的に上手く導入できた。

現在もモニターを続けており、今後より多くのモニター結果を得ることによって光療法の有効性が実証できると思うが、確実に光照射によって変化が得られていると実感できている。

今回は初めての試みであったため、実施場所は安全管理上、居室ではなく目の届きやすいナースステーション内（食堂に隣接）とし、朝食前と朝食中の約1時間実施した。
また、照射時はまわりから見ると若干異様に映る為、面会者の訪れる前の朝食前と朝食中に実施するよう配慮をしている。
光療法を現場に導入する上で、上記の2点が今後実施する上での課題となっている。