



一般社団法人日本アニマルウェルネス協会認定
ホリスティックケア・カウンセラーのためのスキルアップ専門講座

シニア犬介護コース

ホリスティックと介護
介護される犬の身体を理解する
シニア期の行動学
介護学
介護期のホリスティックケア
介護期のご家族の心のケア



ホリスティックケア・カウンセラーのみなさまへ

現代の動物医療においても、人の医療と同調して、さまざまな分野の研究成果のおかげで、目覚ましい発展を遂げてきました。さらに食生活をはじめとして飼育環境の向上などによって、年々動物たちも長生きできるようになってきました。動物と人が、一緒に過ごせる時間がより長くなったことは、とてもうれしいことです。

でも、人と同じように、動物も高齢化によって、さまざまな変化が現れ、人の助けもより必要になってきました。このようなことから現在、高齢動物の介護がとても注目されています。

高齢動物の身体の変化に対応してより快適な生活を送るためには、医療行為も必要ですが、最も大切なことは、愛情をもったパートナーへの手厚い看護と介護です。

病院での医療行為は、主に身体の快適さに焦点が向けられます。そして、いつも一緒にいる人たちの食事や環境、生活などあらゆる面における家庭でのケアは、身体だけではなく、心と魂を癒すことにも焦点が向けられているため、動物にとって最も大切なものです。

身体に手を当てるという行為や愛情に満ちた温かい言葉によって癒すことは、身体と心と魂をケアするにあたってとても大切なことです。それは、どんな医療行為よりも大きな恩恵を動物たちにもたらしてくれます。多くの研究報告でも、その効果は実証されています。

介護は、医療行為とは違い、基本的なことを学べば、誰にでも今すぐにはじめることができます。よりたくさんのことを行うことよりも、よりたくさん愛情を注ぐことが介護の基本です。

英語では、介護はCareといますが、治癒のCureとはもともとはひとつのもの、同じラテン語の「curare」（治療する、世話をする）に由来するものです。Care（介護）が手厚ければ、Cure（癒し）もしっかりとしたものになります。

この講座では介護の基本を学んでいただき、より快適な生活を動物たちに提供できるようになることで、人も動物も共に、さらに幸せを大きなものにしていただきたいと思います。

全体監修
一般社団法人日本アニマルウェルネス協会
会長 森井 啓二

第1章

介護される犬の身体を理解する

シニア期になると、身体的に、また行動学的にさまざまな変化が出てきます。介護期のケアにおいては、まずその変化を理解することが必要となります。

この章ではシニア期の犬の身体や疾病について理解をしていきます。ただし、皆さんが治療を行うわけでも、治療の意思決定をするわけでもありません。

病気の知識はオーナーに寄り添うための基礎知識であると理解し、学んでください。

§1 犬の老化

犬も年を取ると身体の内側や外側にさまざまな機能の変化・低下がおとずれます。老化とはすなわち、身体機能や臓器機能の進行性の減少であると定義されています。

老化による変化としては組織脆弱性の増加や、適応性の減少、筋肉および神経細胞の減少、生態ストレスへの抵抗性の低下、水晶体の硬化、皮膚のしわの増加などが見られます。これらは進行性であり不可逆的です。動物の身体を構成している細胞は常に新しいものへと変わっていき、これを新陳代謝といいます。犬も私たち人と同じように若い年齢では活発に新陳代謝が行われていますが、加齢とともに新陳代謝が衰えていきます。その結果、細胞数の減少、ホルモンが関係する場合は分泌量の低下などの加齢性変化が生じてきます。

また老化のメカニズムは単純なものではなく、個体によって大きく差があります。その原因は生育環境の違いや、今まで経験してきた病気などによる生体内の変化が老化と関与しているからです。同じ犬種であっても老化現象の発現や進行スピードに違いがあるのはこのためです。

第2章 シニア期の行動学

§1 シニア期の行動

前章では加齢に伴う身体的変化や医学的問題について解説しましたが、この章では行動学的特徴や変化について紹介します。

1 シニア期の行動の変化

シニア期に入ると身体的・心理的・神経的な変化によってごく自然に行動が変化してきます。変化のスピードには個体差があり、さまざまな影響を受けます。大切なのはその変化が犬のウェルフェア^{*1}やQOLにどれだけ影響するかを犬の立場から正確に評価し、それに伴った対応をすることです。私たちは人間の立場や目線から犬の加齢に伴う変化を見て判断しがちです。その結果、不適切な擬人化による介護となってしまう、犬のウェルフェアやQOLを損なうことがあります。必ず犬の視点で評価し、対応（介護）することを忘れないようにしましょう。

【1】加齢に伴う自然な身体の変化

身体に変化が生じるとこれまでと違う行動が見られるようになります。しかしこれらは個体差が大きいことを覚えておきましょう。加齢に伴う主な身体の変化は次のとおりです。

- ◆感覚器（特に視覚や聴覚）の衰えによる刺激や情報の受容における変化
例）・目が悪くなる、耳が聞こえにくくなる
・音がしてもそちらを振り向かなくなるなど
- ◆神経伝達系や脳神経の変化による認知機能の変化
例）・刺激や状況を認識するまでの時間が遅くなる
・音は聞こえていてもそちらを振り向かなくなるなど
- ◆脳機能の変化に伴う認知されたことを処理する能力の変化
例）・刺激や状況を認識してから反応するまでの時間が遅くなる
・音は聞こえていてもそちらを振り向かなくなるなど
- ◆身体の各機能（筋骨格系・神経系・消化器系・泌尿器系・内分泌系など）の衰えに伴う認知処理された情報に対応する機能や能力の変化
例）・刺激に反応しても身体が思うように動かさない
・トイレへ行きたいのになかなかたどり着けないなど

【2】加齢に伴う自然な心理的・脳機能的変化

加齢による脳機能の低下により次のような変化が起きます。

- ◆新規のもの・状況・事柄・事象などを認知する能力が劣える
- ◆捉え方（認知）や認知されたことを判断し行動する能力が衰え変化する

第3章 介護学

介護と一言でいっても、個体差があり正解や間違いはなく、さまざまな選択肢や工夫があります。

この章では、介護士の経験から学んだ環境整備・介助方法・介護用品・身体のケア・衛生管理など介護に必要な具体的な方法について学びます。

§1 記録をつける

介護が始まる前に、ぜひオーナーに提案していただきたいのが、「記録をつける」ということです。日々の生活では、徐々に訪れる「変化」に気づきにくいものですが、よく観察していればわかることがたくさんあります。日頃の様子を記録をつけることで、病気の早期発見につながり、進行を止めたり、遅くしたり、素早い対応ができます。

介護が必要になってから「記録」をつけるというのではなく、「古い」を感じはじめた頃からパートナーの様子を記録した「母子手帳」ならぬ「パートナー手帳」をつけはじめることを提案してみましょう。

1 記録をつける目的

- ・変化に気づく
- ・病気の早期発見
- ・獣医師に「いつから」「どんな変化があったのか」を正確に伝える

2 記録項目

- ◆飲水量：飲水量の目安については、『ホリスティックケア・カウンセラー養成講座テキスト 栄養学』を参考に1日の必要量を把握しましょう。
- ◆排尿：回数・色・状態（血液や膿などが混じっていないかなど）
- ◆排便：回数・状態（下痢・便秘・血液が混じっていないかなど）
- ◆皮膚に腫れやしこりなど変わったことはないか
- ◆目やに、耳垢の異臭、歯茎の腫れ・出血などはないか
- ◆歩行状態：健康なときと違いがないか

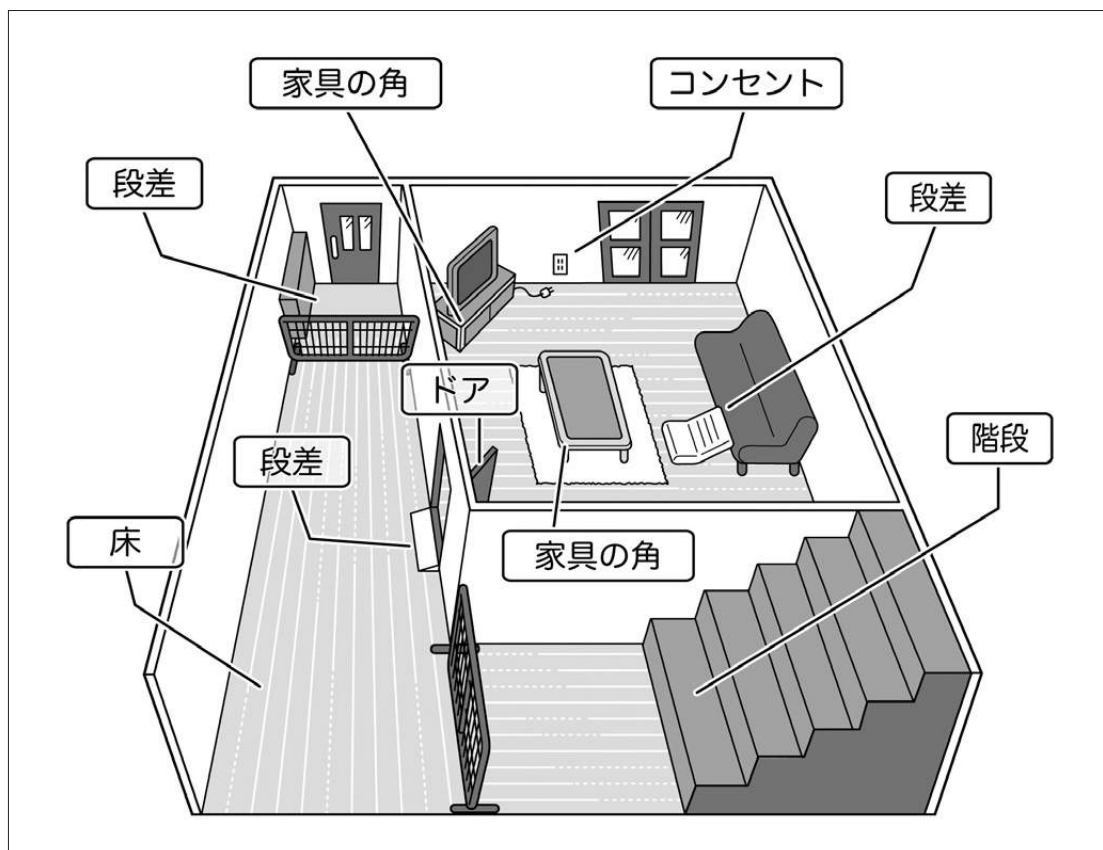
小型犬のオーナーが自宅で肛門腺を絞ることが多くなっています。肛門腺絞りをした際は、においや絞る頻度（どれくらいの間隔で溜まるのか）も記入しておきましょう。

3 介護の状態別の推奨環境

快適な環境をつくるためには、パートナーができること・できないことを明確にします。そのうえでパートナーにとって何が快適かを考えます。パートナーができることはパートナーにまかせ、できないところを介助することでパートナーが持つさまざまな力を発揮させることができます。

【1】一部介助

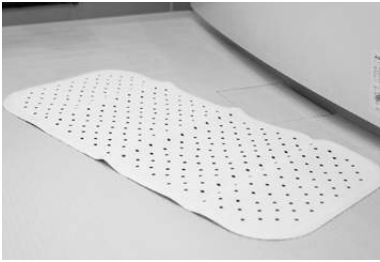
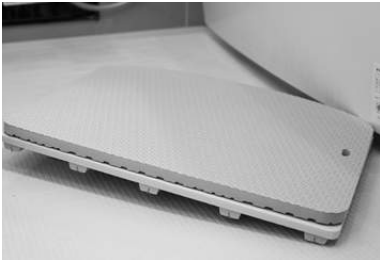

介助内容によりますが、動きまわることができるので安全を最優先に考えた環境を心がけましょう。



- ・ 段差をなくす
- ・ 高さのあるソファを上り下りする際は、スロープや階段を設置する
- ・ 家具の角にはぶつかっても痛くないようにクッション材を巻く
- ・ 階段前や玄関先にはゲートを設置する

※スロープを利用する場合は、トレーニングが必要となる場合があります。

※階段前のゲートについては、階下で生活する場合は階段に上がらないように階下の階段手前に、階上で生活している場合は階段を下りないように階上の階段手前に設置します。

| 使用目的 | 用品 | 使い方 |
|------|--|--|
| 入浴介助 | <p>お風呂の床用滑り止めマット</p>  | <p>【一部介助】 パートナーが入浴する際に浴室内の床で滑らないように滑り止めを使用します。さまざまな種類がありますが、やわらかく、水はけがよい、ずれにくいものを選ぶようにします。使用後は、衛生を保つため洗ってからしっかりと乾燥させましょう。 ※人用の滑り止めマットを使用することも可能です。</p> |
| | <p>すのこ</p>  | <p>【全介助】 パートナーを寝かせたまま入浴させる際、バスマットの下に水はけをよくするために敷きます。プラスチック製・木製のものがありますがどちらでも構いません。使用後は、衛生を保つため洗って乾燥させましょう。</p> |
| | <p>移動できるバスマット</p>  | <p>【全介助】 パートナーを寝かせたまま入浴場所まで移動させ、そのまま入浴させることができる便利なマットです。 すのこの上にバスマットを敷き、その上にこのマットをのせ、パートナーを洗います。使用後は、衛生を保つため洗ってからしっかりと乾燥させましょう。 ※移動中は、パートナーが転落しないように付属のベルトをしめます。</p> |

①声をかけながら背中をなでる



②介助者の左腕をパートナーの首から胸の下、右腕をパートナーの右側の腰から臀部の下に滑らすように入れる



③介助者の身体に引き寄せるようにパートナーに密着させながら、伏せまたはお座りの状態にする



④介助者の太ももにパートナーの背中を乗せながら、ゆっくりと滑らすようにマットに身体を移動させる



第4章 介護期のホリスティックケア

介護期のケアというと、介助する方法にばかり目が行きがちです。ですが、ホリスティックケアによってパートナーの「生きる力」をサポートすることは、QOLを上げるだけでなく、パートナーを思うオーナーの「何かしてあげたい」という心のケアにもつながります。介護期のホリスティックケアは「しなければいけない」という義務的なものではなく、時間や心に余裕があるときに行うものとして提案してみましょう。

§1 介護期の中医学養生

介護期になると「気」「血」「津液」のなかでも特に「気」と「血」の流れが滞ってしまいます。中医学においては、これらの滞りは身体を温めることで改善し、正常な身体のバランスに調整できると考えます。

ここでは、介護期の中医学養生として、身体を温める方法を学びます。

1 マッサージ

身体が自分の意志で自由に動いていたときと異なり、介護期の犬は今までのような動きができないことにストレスを感じています。そんなとき、マッサージをすることで「動くためのサポート」が行えます。

また、信頼関係のある人から触れると、副交感神経が優位になり心拍数も睡眠時と同じくらい穏やかになり、リラックスすることができます。さらにはホルモンの一種「オキシトシン」が分泌されるため、信頼関係をより深めることができます。これは動物同士が舐めあい、コミュニケーションをとることと同じ効果があります。

このように、マッサージはパートナーの身体と心をほぐし、自己免疫力を上げ、健康な状態に近づけることができるケアなのです。

但し無理をせず、パートナーの様子をよく見ながら行いましょう。

【1】マッサージの注意点

マッサージにおいて最も重要なのは、無理をしないことです。パートナーもオーナーも気持ちよい状態で触ることが大切です。

介護期にマッサージを行うときは、身体に負担をかけないように体圧分散マットを利用しますが、もし無い場合はヨガマットを代用してもよいでしょう。

また、ハーネスを着用している場合は外しましょう。車いすを利用している場合は乗せたままの状態で行うのもよいでしょう。パートナーにとって無理のない体勢で行ってください。

「シニア犬介護コース」では、クライアント（相談者）であるオーナーに対し、共感し、理解を示しながら適切なホリスティックケアの指導・助言を行うスキルを学びます。アドバイザーとなる皆さんは、介護に関する専門的な知識だけでなく、心理的な交流を通して、介護期のさまざまな負担と不安を抱えたオーナーを支援する重要な役割を担っています。

この時期にどのような支援が得られたかということが、お別れの後のペットロスのあり方に影響を及ぼすからです。

本章では、まずペットロスとは何かについての理解を深められるよう、基本的な知識をお伝えします。次にペットロスの痛みを軽減するために皆さんがどのようなサポートが行えるかについて、主に心理的側面に焦点をあてながら、介護期と死別後に分けて見ていきます。

§1 グリーフ/ペットロスの基礎知識

まず次の質問について考えてください。

【セルフワーク1】

ペットロスという言葉を知ると、どんなことが思い浮かびますか？心や身体はどんな状態になると思いますか？

またこの言葉にどんなイメージを持っているでしょうか。例えば色や形で表現してもよいですし、思い浮かぶ単語を並べてもかまいません。思い浮かぶことを書き出してみましょう。正解・不正解はありません。

皆さんのなかには、ペットロスについて学んだことがある方も、今回初めて学ばれる方もいると思います。この章を最後まで読んでから、セルフワーク1に書いたことをもう一度見直し、自分の理解がどのように深まったか確認してみてください。

それでは、基本的な話からはじめましょう。

このテキストでは「ペットロス」を理解するために、「グリーフ」という概念を用い、説明します。

1 グリーフ/ペットロスとは何か？

私たちは人生においてさまざまな困難を経験します。そのなかでも愛着の絆で結ばれたかけがえのない存在を死によって失うことは、最もつらく苦しい経験だといえるでしょう。このような重大な喪失を経験したとき、私たちの心や身体にはさまざまな反応が起こります。