前橋地域　リハビリテーション
広域支援センターニュース vol. 32
2014.3発行
TEL:027-253-5165
FAX:027-252-7575
e-mail：kouikishien@ronenbyo.or.jp
URL：http//www.ronenbyo.or.jp/
〒371-0847 群馬県前橋市大友町 3-26-8
（公財）老年病研究所附属病院内

スキルアップ研修開催
「痛みがある人への介助方法」　講師：老年病研究所附属病院　理学療法士　櫻本一平

平成 26 年 3 月 15 日(土)に老年病研究所附属病院で介護予防サポーターの研修会が行われました。今回の研修会は、介助される側(要介護者)の疼痛の発生しやすい部位を理解し、疼痛を最小限にとどめた起居・移乗動作の介助方法について講義と実技講習が行われました。

講義では、介護が必要になった原因として関節疾患・骨折・転倒が約 2 割を占めており、運動器の障害で要介護状態になるリスクが高いことを学びました。高齢者の方は椎体骨折や大腿骨頸部骨折、変形性膝関節症、肩関節痛などを有していることが多く、介助する際には背骨・股関節・膝関節・肩関節の負担に注意する必要があります。介助方法のポイントについて、デモンストレーションを交えながら分かりやすく説明がありました。ポイントの一つに「相手のペースで介助を行うこと」がありました。講師から介助に必死になってしまうと、心穏やかにゆっくり相手のペースに合わせて行うことが難しいとの話があり、大きく頷いているサポーターの方がたくさんいらっしゃいました。

実技講習では「寝返り」「起き上がり」「移乗」の 3 つの動作について、介助する側とされる側の両方の立場をそれぞれ体験しました。サポーターの皆さんは熱心に実技練習を繰り返し行っていました。その中で、「介助される側を体験することで要介護者の気持ちを知ることができたので、介助する際に役立てたい」との意見が聞かれました。また、介助量の程度に応じた介助方法を具体的に学ぶことで、要介護者それぞれの状態に合わせた介助ができるようになると思いました。

今回の研修会では実技講習の時間を長く設けていました。講義を通して介助方法のイメージを持った上で実技練習を繰り返し行ったことによりサポーターの皆さんも「だんだんできるようになった」と実感を得ることができたようです。介助のポイントを押さえて、さまざまな場面で応用し、より良い介助の実践が行えるようになったのではないかと思いました。

写真：講義・実技の様子

豆知識　～長下肢装具のご紹介～

長下肢装具には様々な種類がありますが、一般的には両側金属支柱付長下肢装具が広く用いられています。今回は、両側金属支柱付を含めた３種類を取り上げ、各々の特徴を紹介します。

両側金属支柱付き

＜適応＞起立や立位保持、歩行時に膝折れが生じる症例、股関節や膝関節に著しい拘縮や変形がない症例、装具装着時や動作時に著しい疼痛のない症例。

＜特徴＞大腿部から足部にかけ、下肢内側と外側に金属製の支柱があります。主として膝折れの症状がある場合に用いられます。ロック式膝継手を用いて膝折れを防止し、起立や歩行練習を実施します。

ハイブリットタイプ

＜適応＞起立や歩行時に膝折れが生じる症例、機能・能力面の回復により、長下肢装具から短下肢装具へと移行できると思われる症例、装具装着時や動作時に著しい疼痛のない症例。

＜特徴＞両側金属支柱付長下肢装具とプラスチック短下肢装具が連結された装具です。長下肢装具の適応外となった場合、支柱を外すことで、プラスチック短下肢装具に移行できます。

移行させるタイミングは？

①膝折れが消失し、患側下肢での膝の支持性が高まること②立位では、患側下肢の片脚立位が可能な場合や軽度屈曲位での立位保持が可能となった場合③背臥位では、膝伸展位での下肢挙上ができる場合などが目安となります。

坐骨支持型(免荷装具)

＜適応＞大腿骨骨折、下腿(脛骨)骨折。

＜特徴＞股関節部への負荷を避けるため、坐骨結節で体重を支持し、足底部を浮かせ床面に接地させない構造をしています。

編集後記

徐々に春が近づいてきました。新生活の準備を始める方も多いと思います。新年度、新たな気持ちでスタートしていきたいと思います。来年度もよろしくお願い致します。　　上村・横澤