

➤ **1時間でわかるADL動作分析**

臥位姿勢を考える

～良い臥位と良くない臥位を考える～

1. 臥位とは
2. 臥位の種類とは
3. 正常な臥位
4. 臨床での評価の視点

脳外臨床大学校 VIP専用セミナー

講師：脳外臨床研究会 作業療法士 山本秀一郎



臥位姿勢って何を見るの？

何が良くて・何が良くないのか？

基本動作と言えは

基本動作というのは、全ての動作における基本（基礎・基盤）

<セルフケア動作>

食事

整容

清拭

更衣上衣

更衣下衣

トイレ

<移乗・移動動作>

移乗（ベッド・車椅子・椅子・トイレ）

車椅子移動

歩行

階段

<基本動作>

臥位

寝返り

起き上り

座位

立ち上り

立位

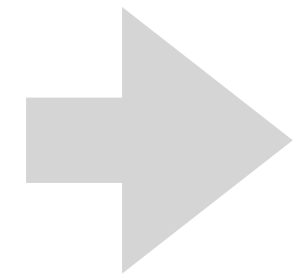
なぜ臥位を考えるのか？



なぜ臥位を考えるのか？

臥位とは基本的な体位の一つで、寝た状態である

なぜ臥位を考える？
どんな目的で臥位をとる？



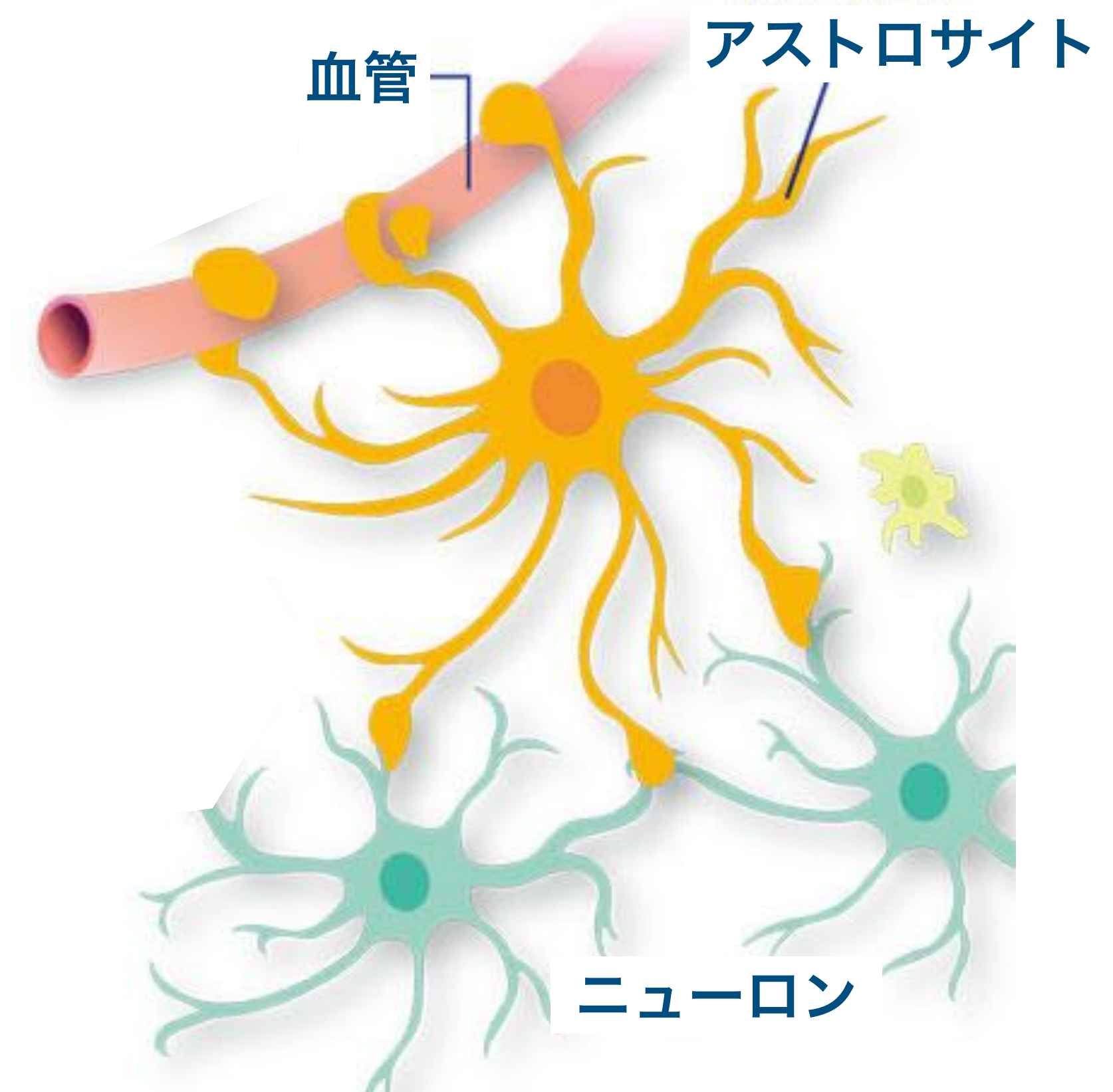
臥位→回復



脳における回復は？

神経の回復と大きく関わっているのは、グリア細胞

軸索の入力を失った領域においてシナプスの近傍のアストロサイトにも形態的な変化の起こることが知られている。アストロサイトから放出されるトロンボスポンジン1およびトロンボスポンジン2が梗塞ののちの軸索の発芽およびシナプスの新生にかかわることが報告されている



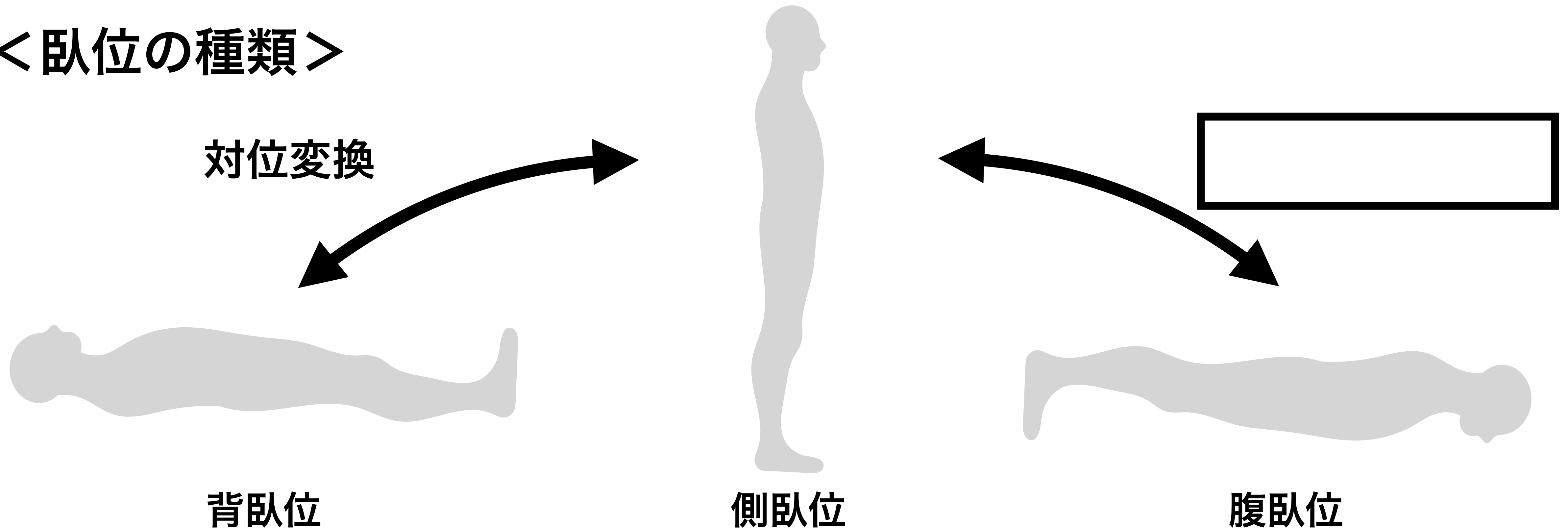
いつグリア細胞は神経の修復を行うのか？

臥位→回復→睡眠中

臥位は回復（睡眠） のためにある

臥位とは基本的な体位の一つで、寝た状態である

< 臥位の種類 >

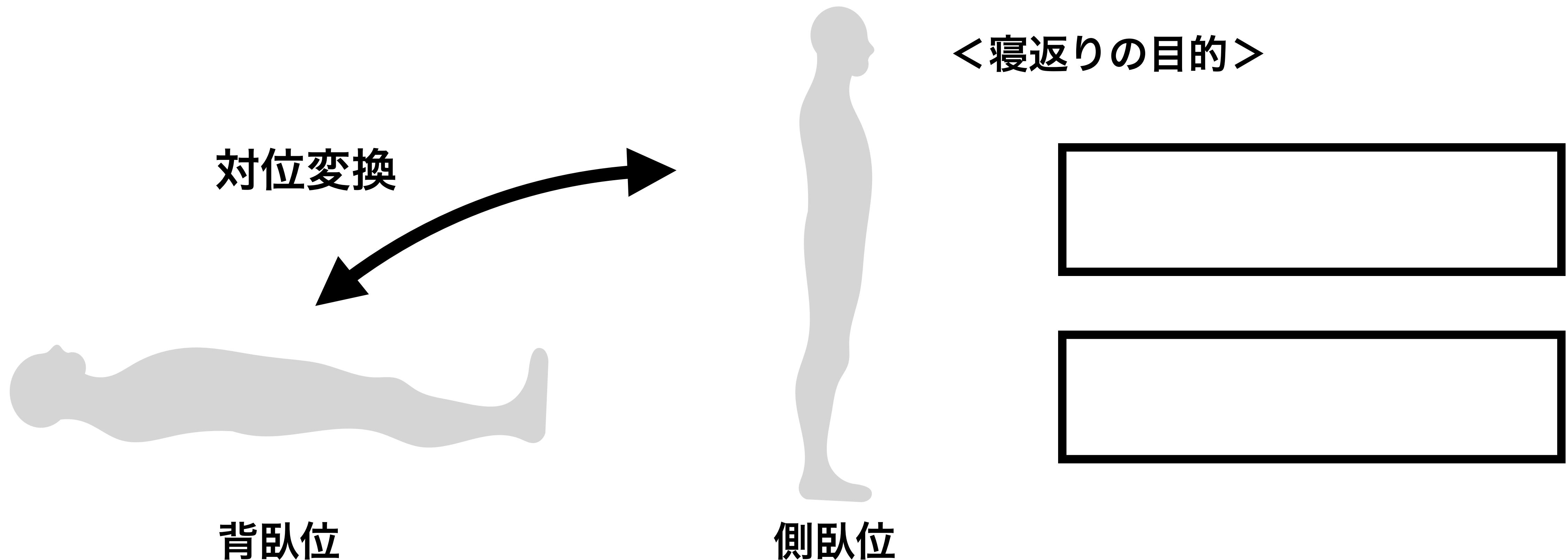


寝返りの目的とは？



寝返りの目的とは？

「寝返り」とは、仰向けからうつ伏せになることをさし、
「寝返り返り」とは、うつ伏せから仰向けになることをさします。



臥位と寝返り

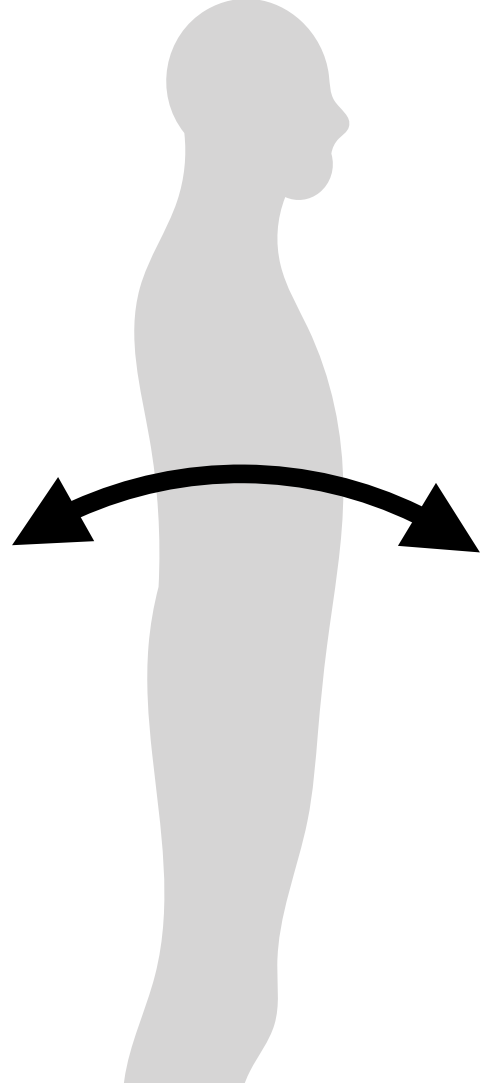
臥位

求められることは？



寝返り

求められることは？



安定とは？



安定とは？

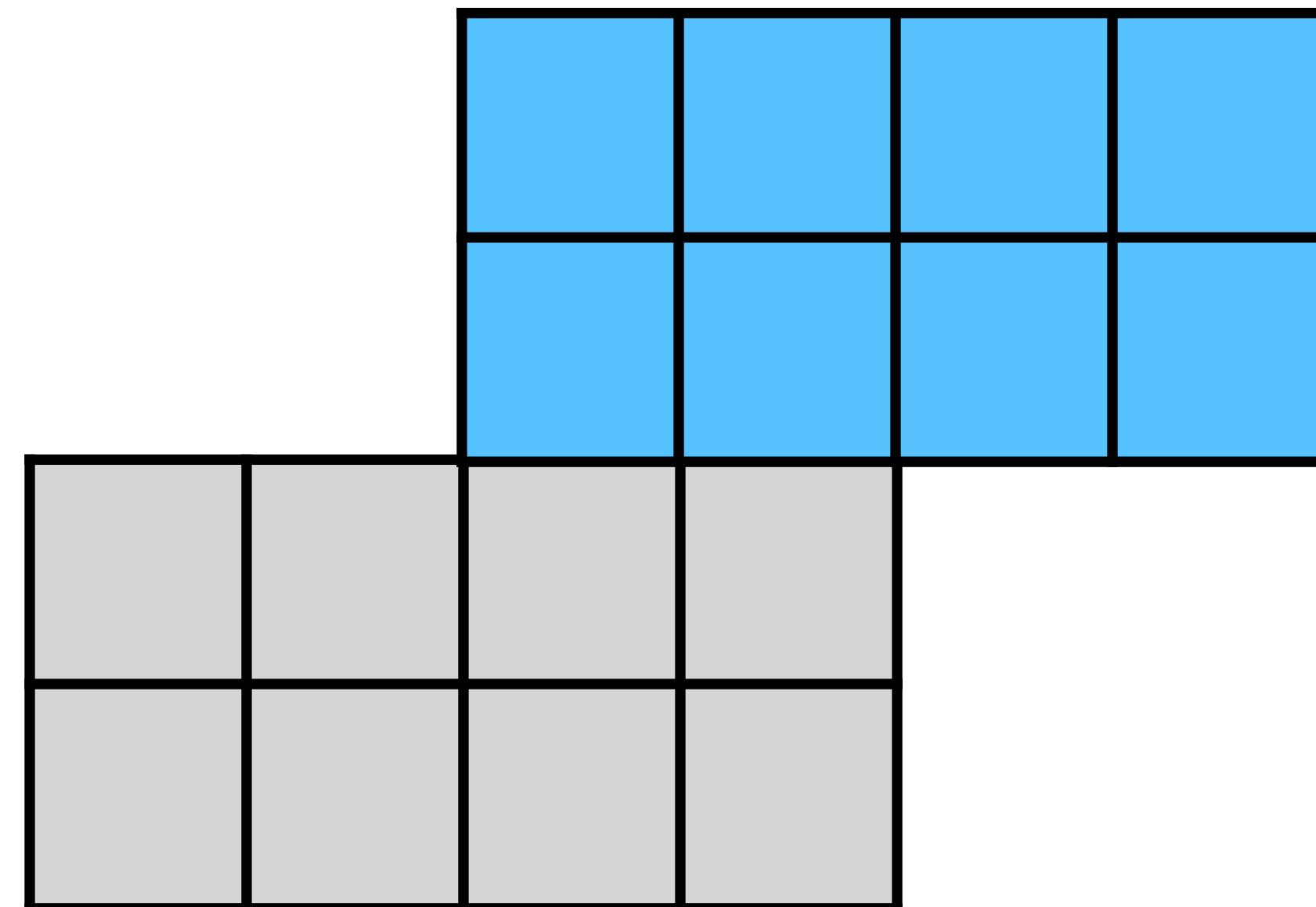
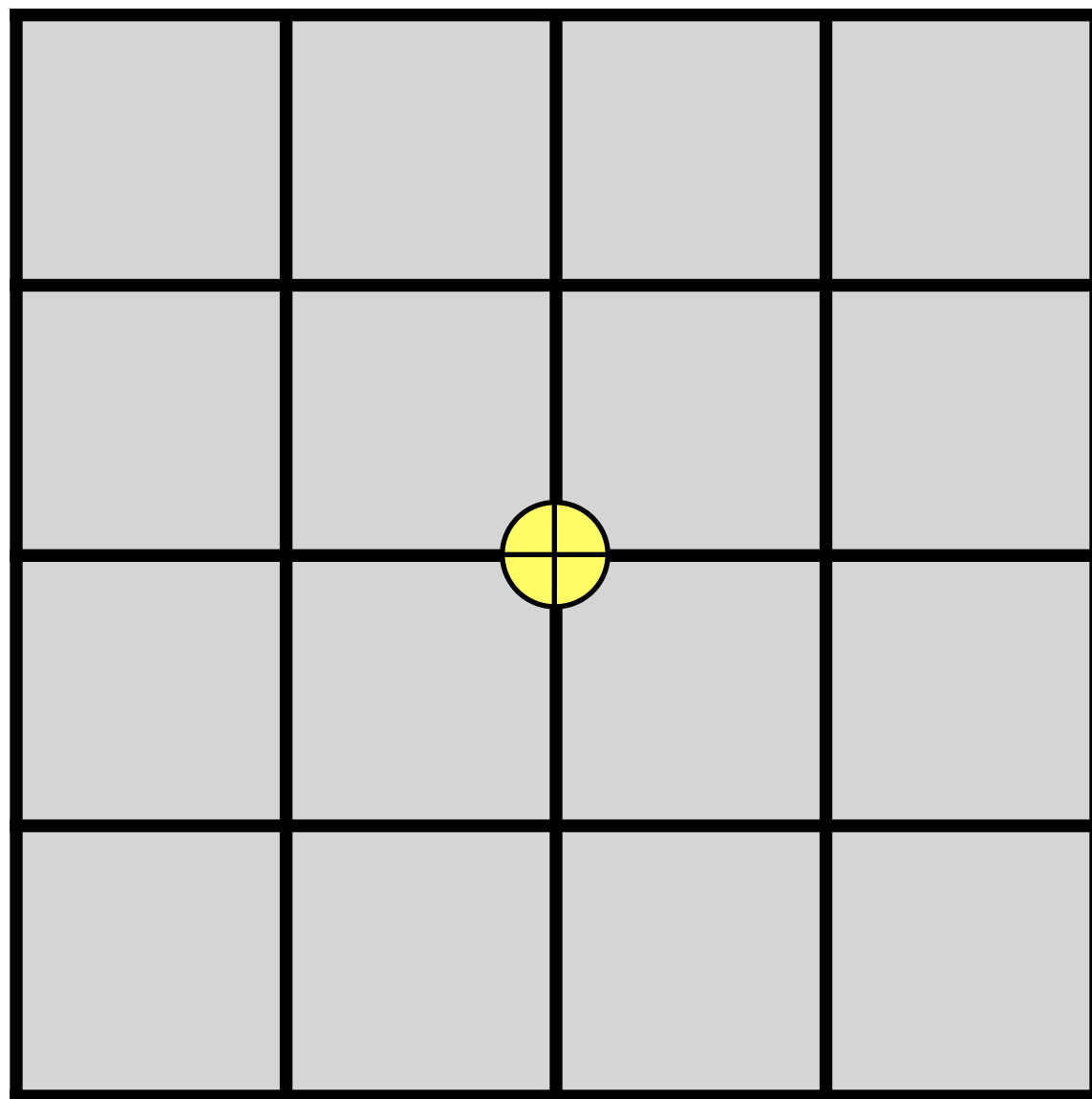
平衡状態に微小な変化を与えても、
もとの状態とのずれがわずかの範囲にとどまること

変化しない？何が変化しないと安定？

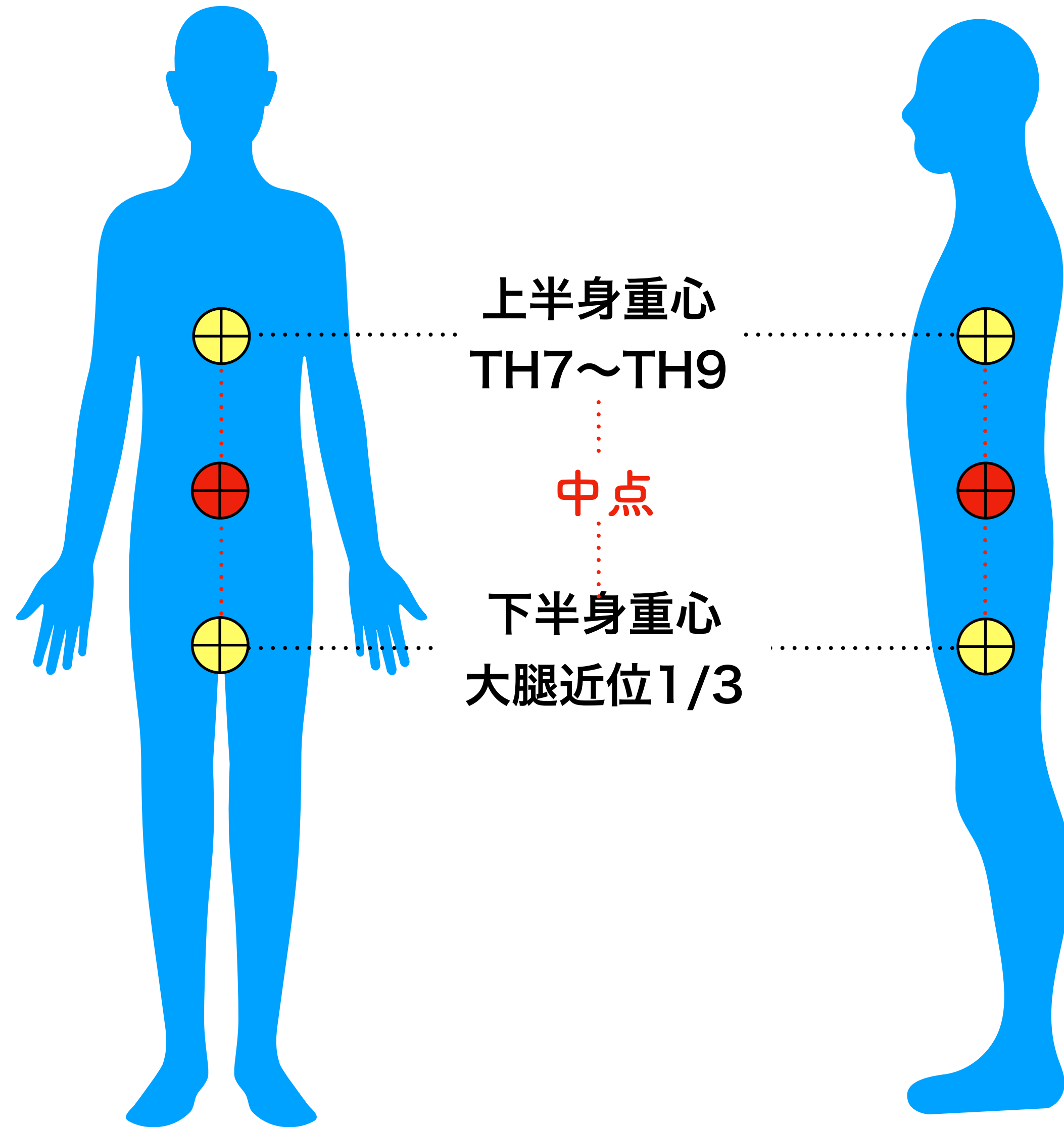


重心ってなに？

重心とは、重力の合力の作用点：物の質量の中心

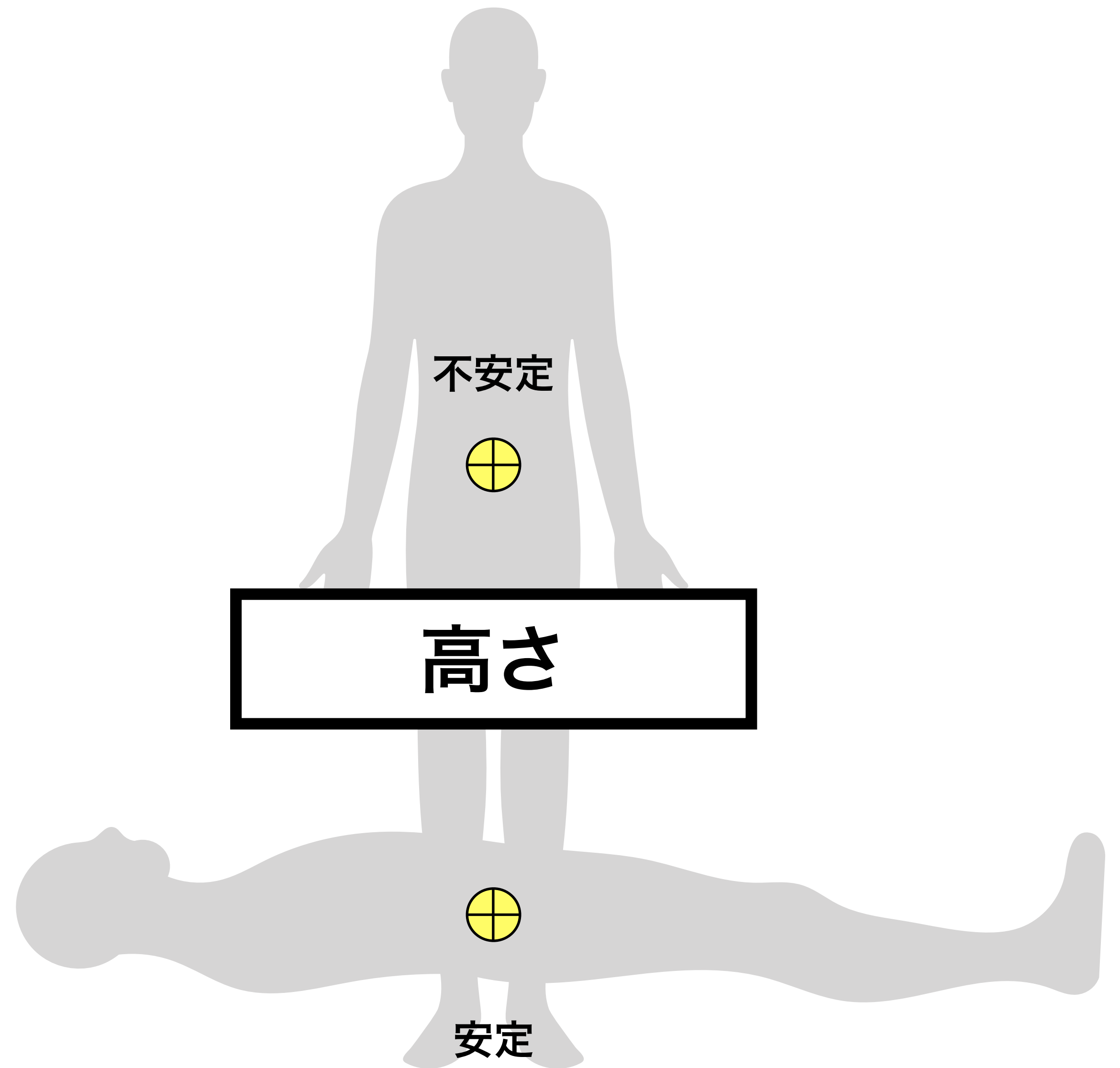
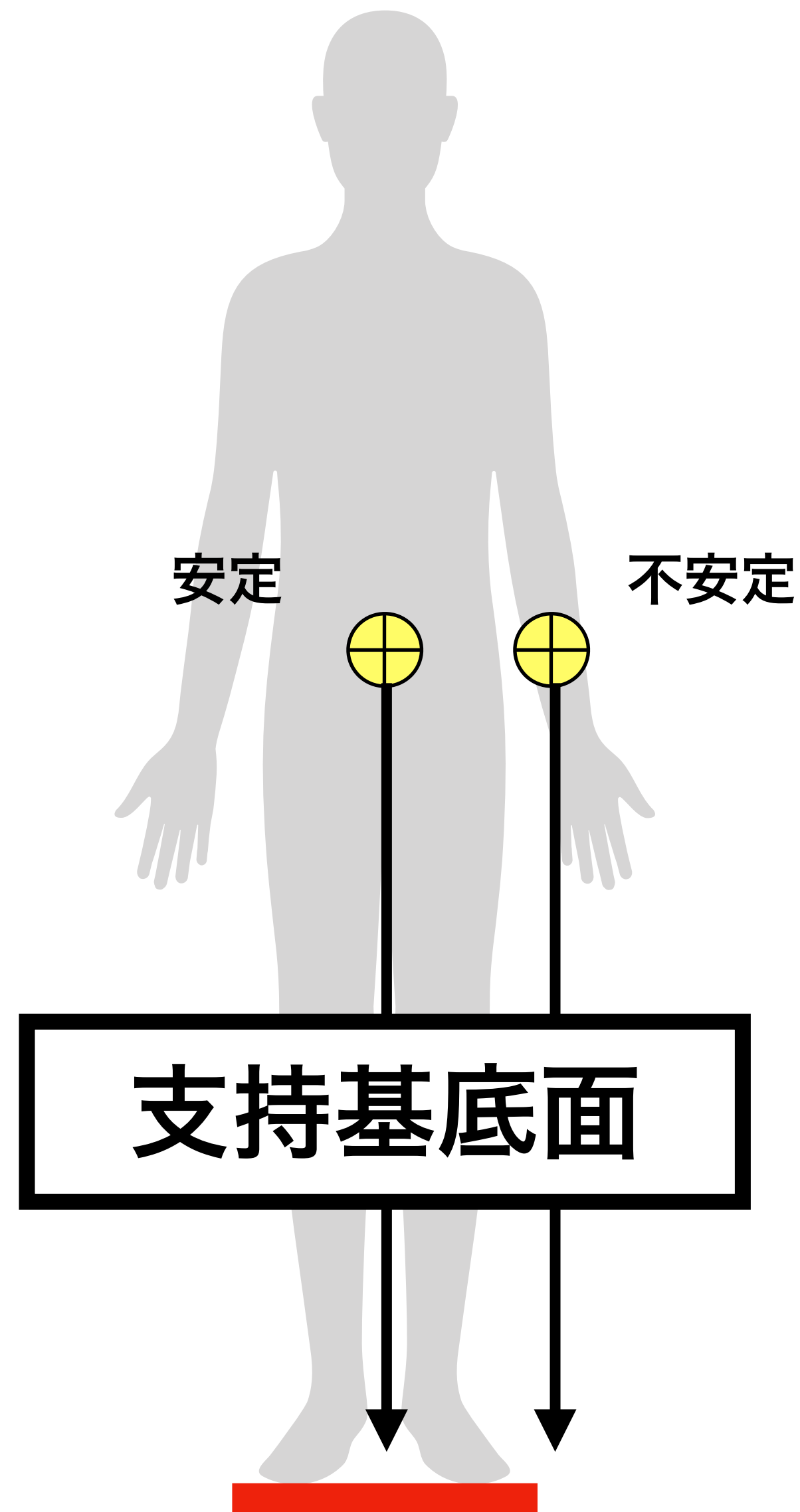


重心ってなに？



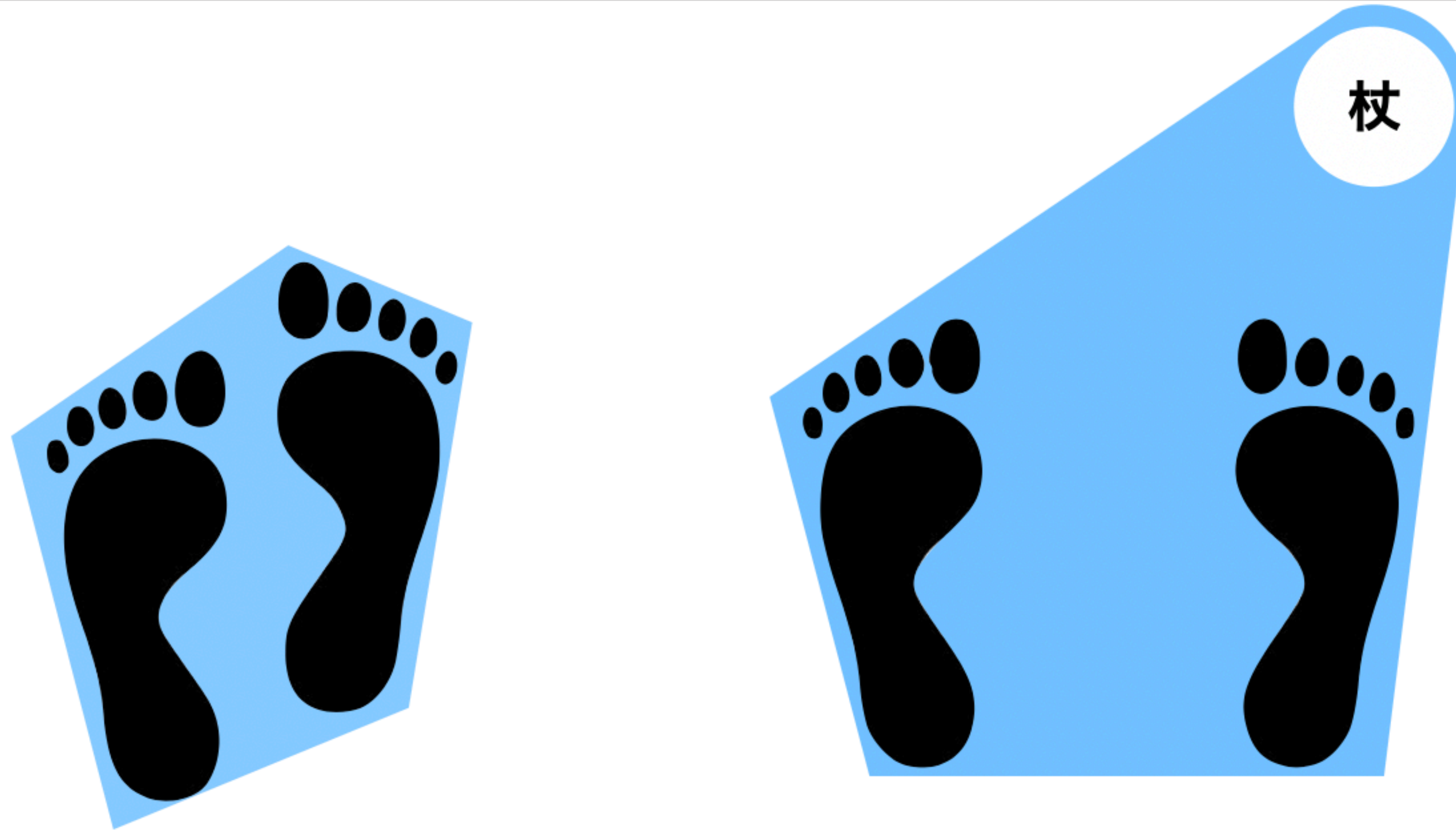
重心がどうなると安定？

重心がどうなると安定？



支持基底面

体重を支えるために必要な床面積の事。広いほど、物体は安定する

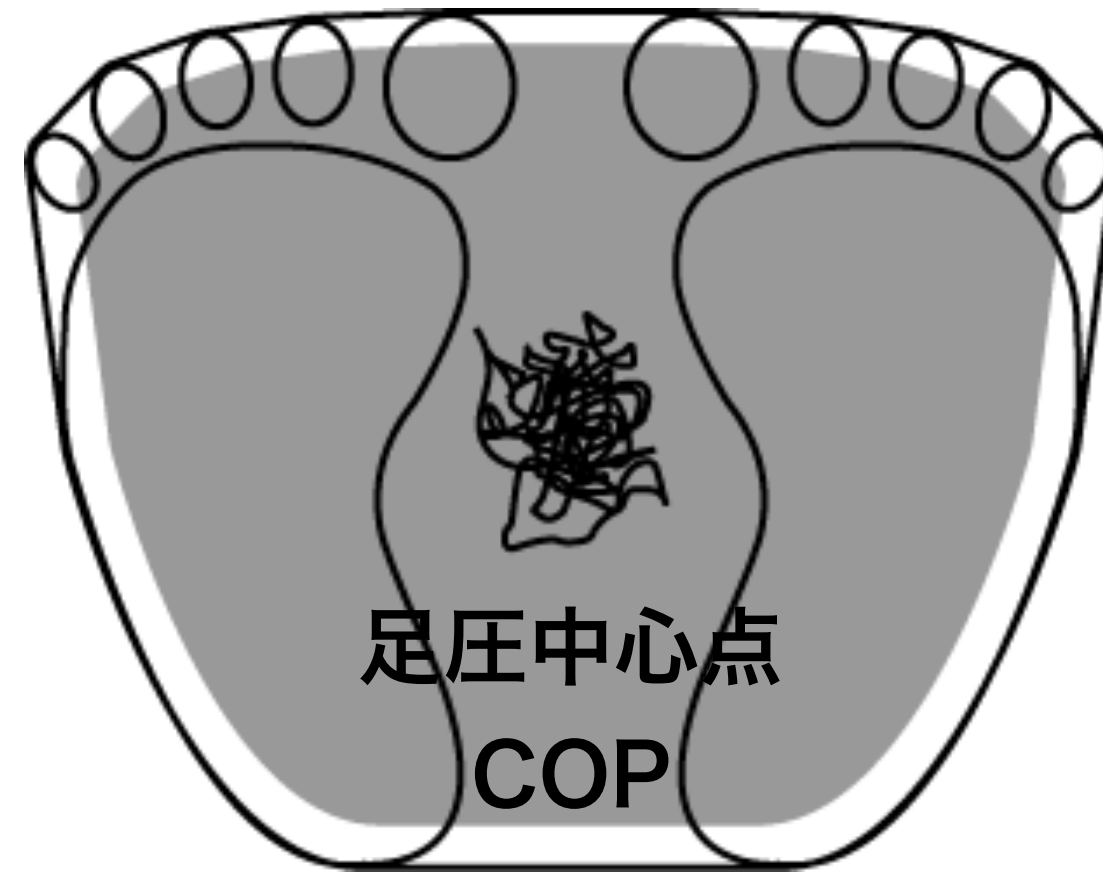


これは支持基底面？

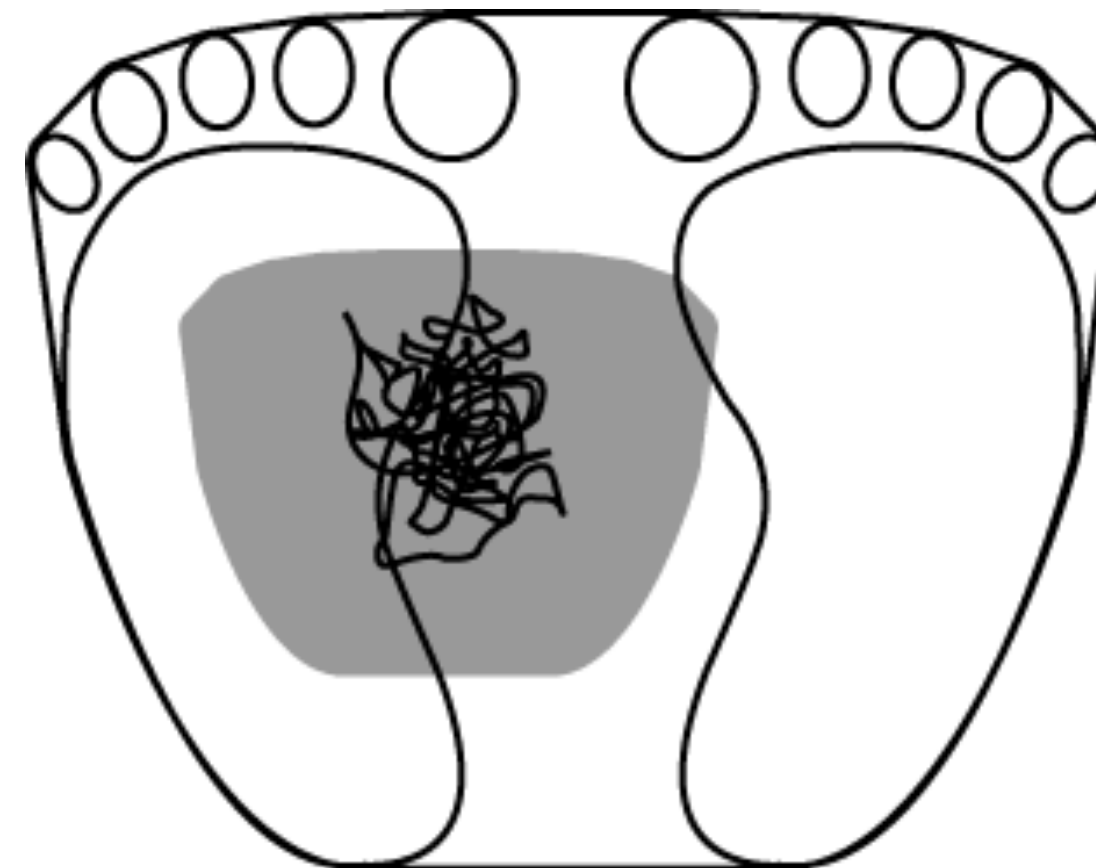
安定性限界

支持基底面内で**重心**を前後・左右に可能な限り動かせる能力

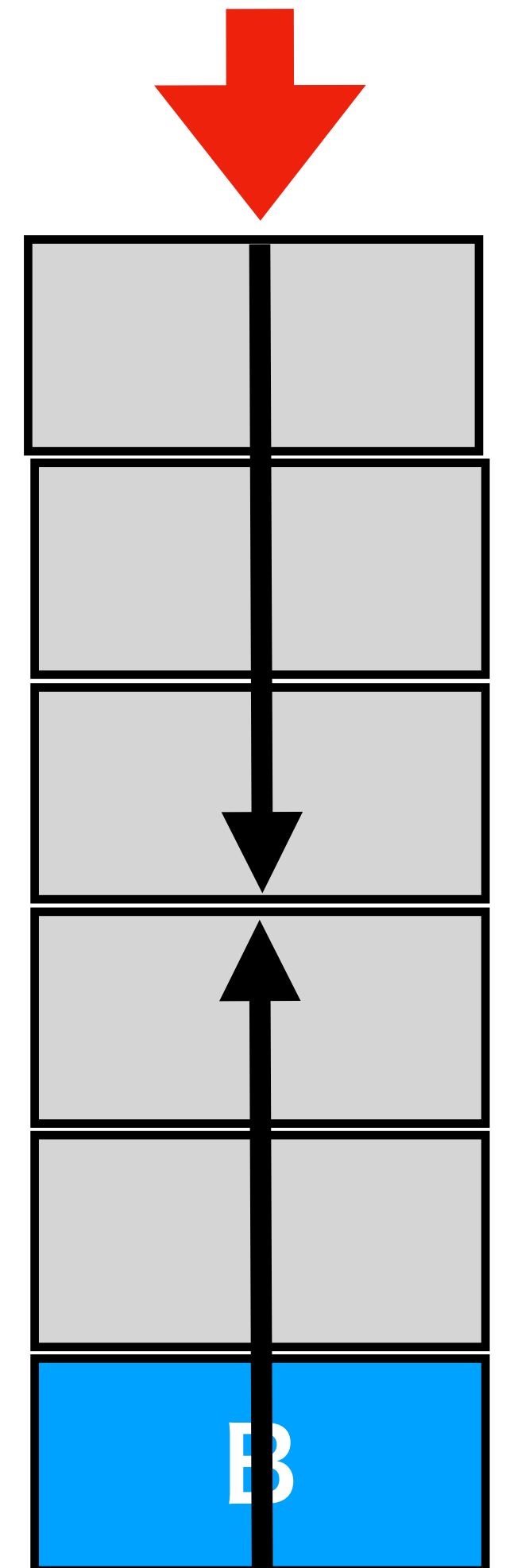
A



健常者



片麻痺
患者

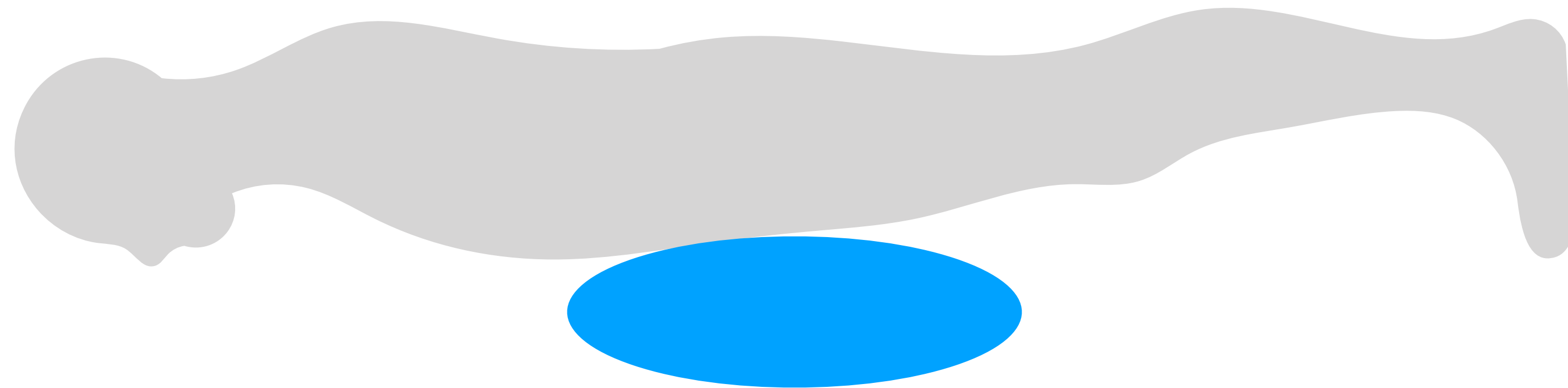
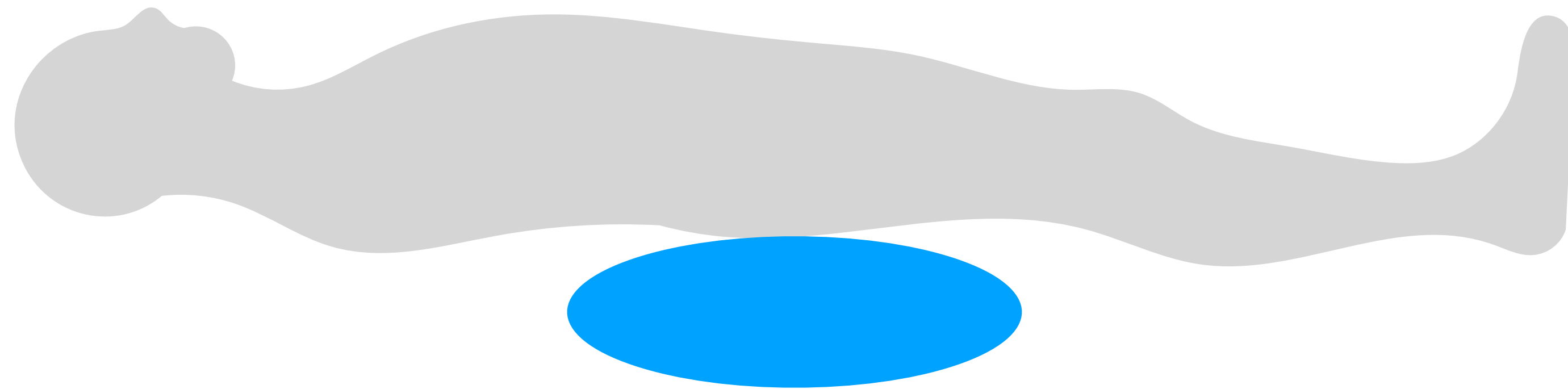


なぜ不安定な姿勢をとるのか？



臥位は安定しているのか？

人は不安定だとどうする？



支持基底面であるということ



このような場合
荷重して良いかどうか決める？

支持基底面であるということ



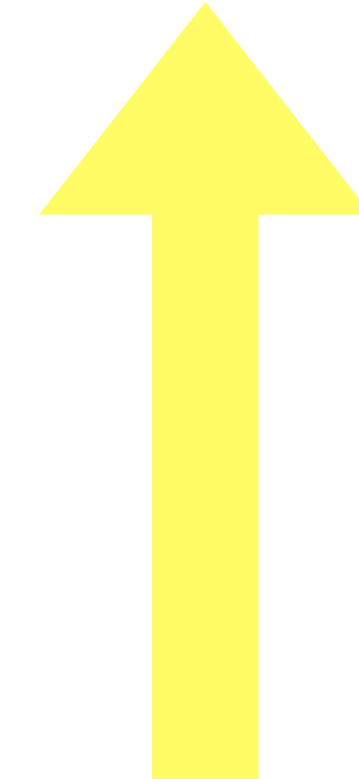
このような場合
荷重して良いかどうか決める？

荷重



荷重 = 反力

反力



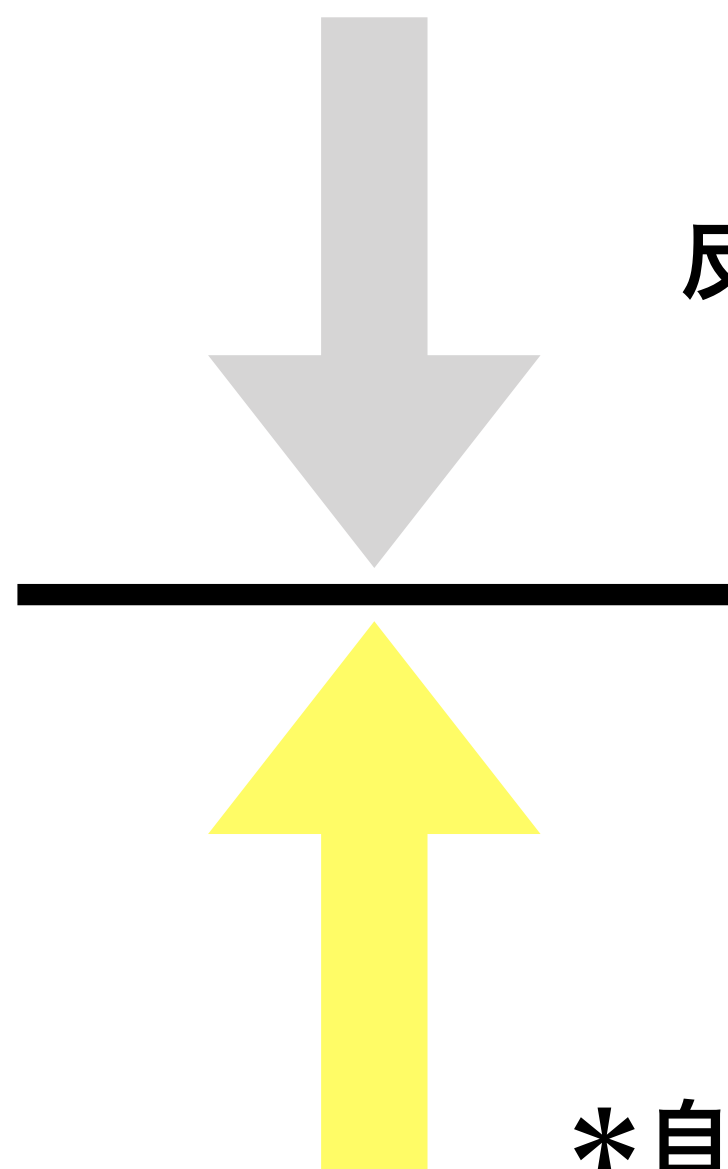
支持基底面

体重を支えるために必要な床面積の事。広いほど、物体は安定する

支持基底面の評価

①

荷重



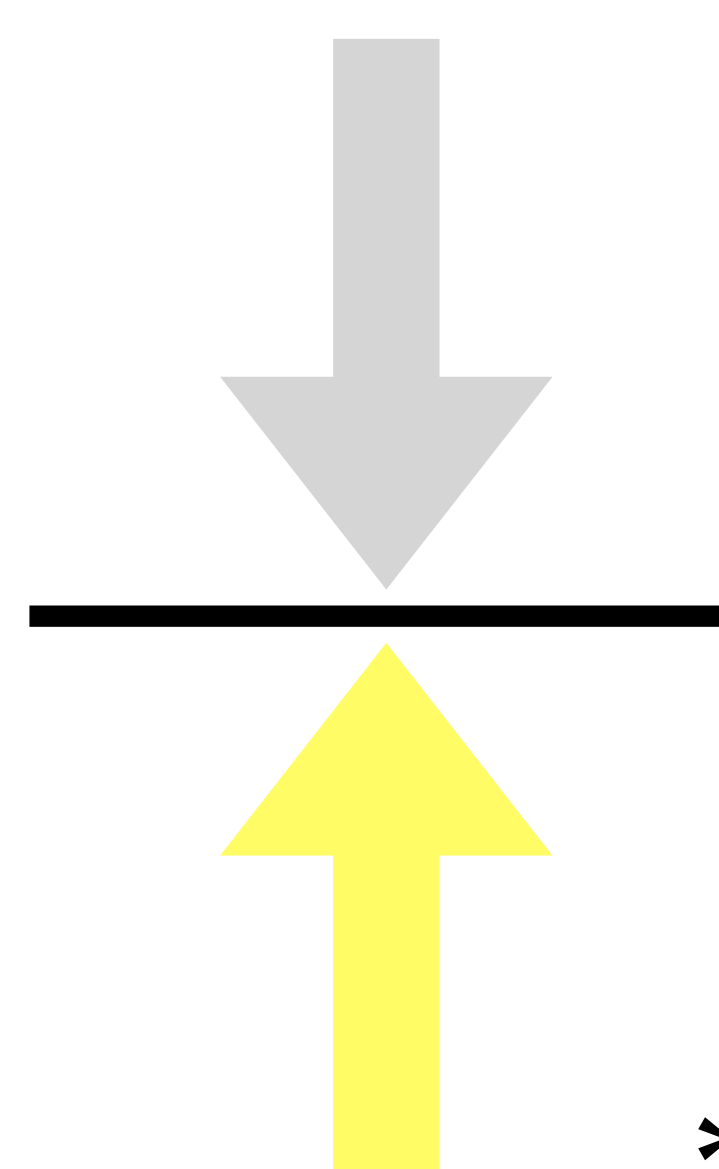
荷重して時に
反力が返ってくるか？

← 評価

*自動でしか評価不可

②

荷重



← 評価

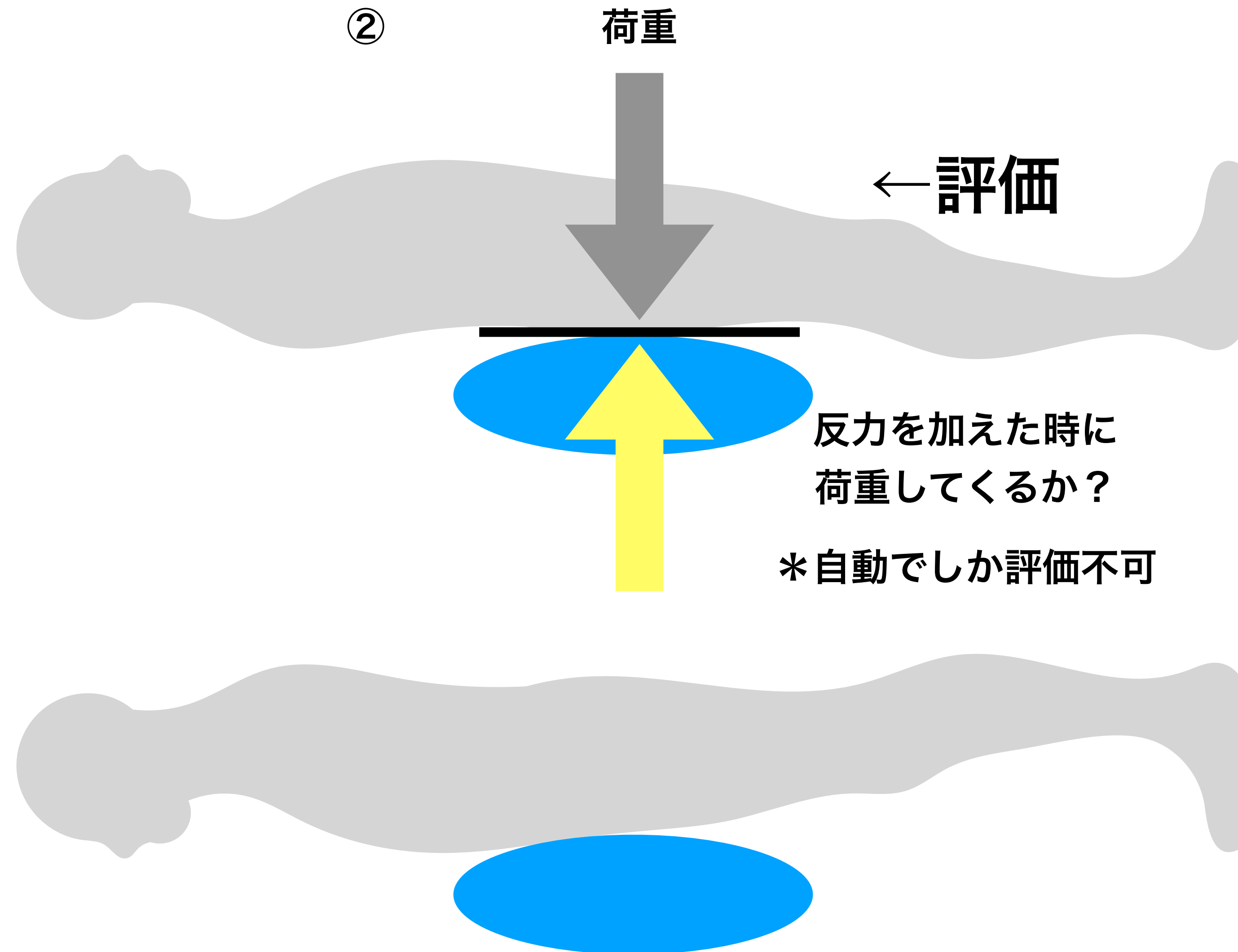
反力を加えた時に
荷重してくるか？

*自動でしか評価不可

人は不安定だとどうする？

何が問題か？

- ① 支持基底面
- ② 重心の高さ
- ③ バランス能力

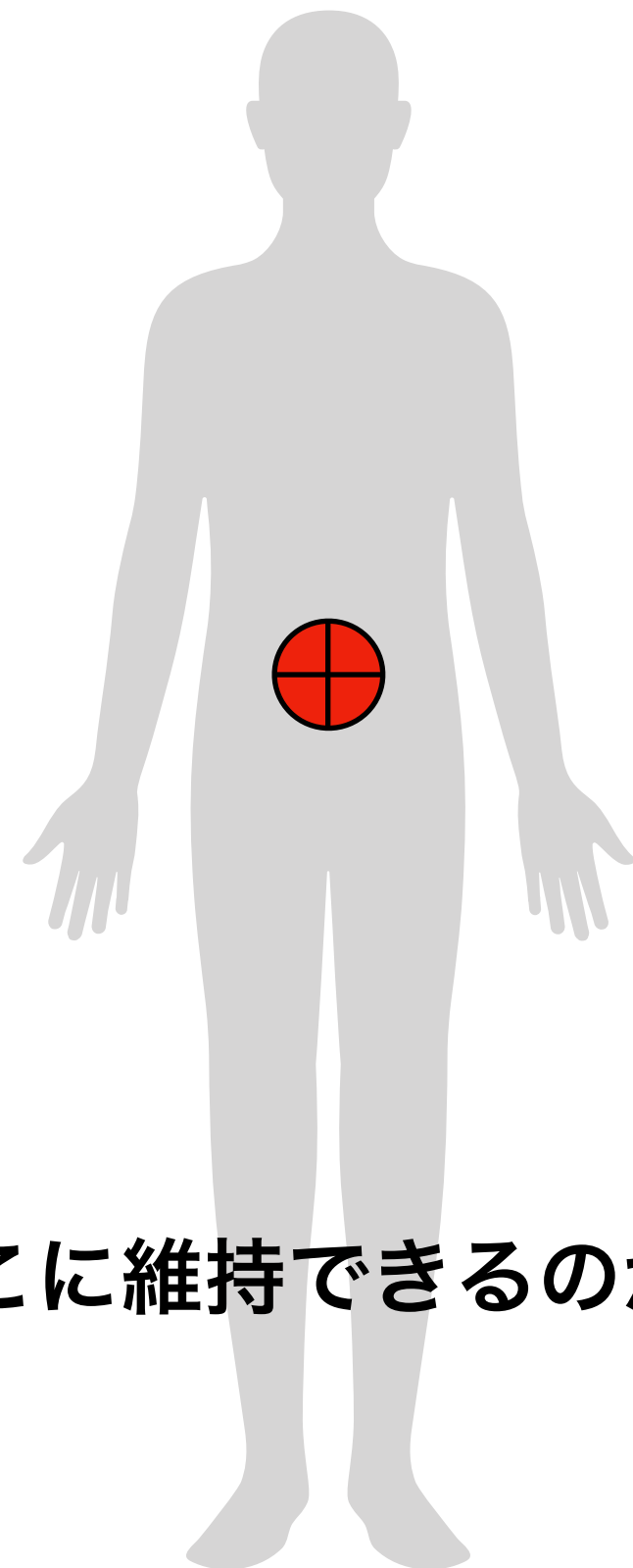


臨床で見る臥位とは

安定 = 低緊張 不安定 = 高緊張

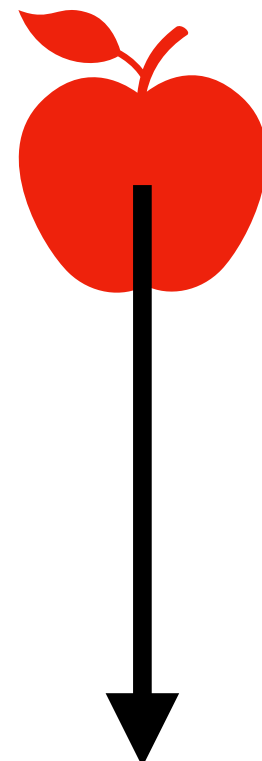
重心ってなに？

重心とは、重力の合力の作用点：物の質量の中心

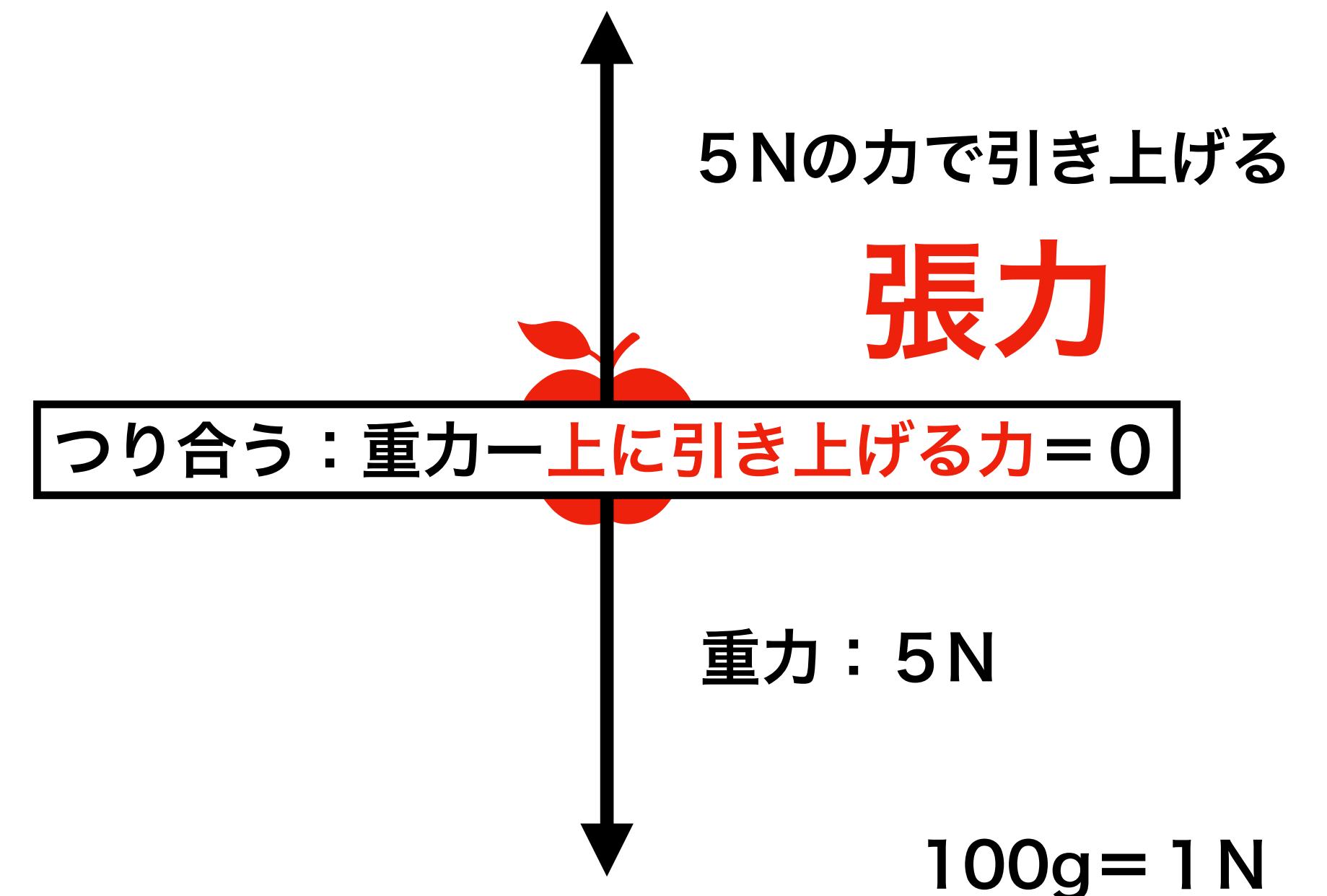


ここに維持できるのか？

落下する



物体をその場に維持する為には
合力の和がゼロになる必要がある



背臥位評価：筋緊張

実行

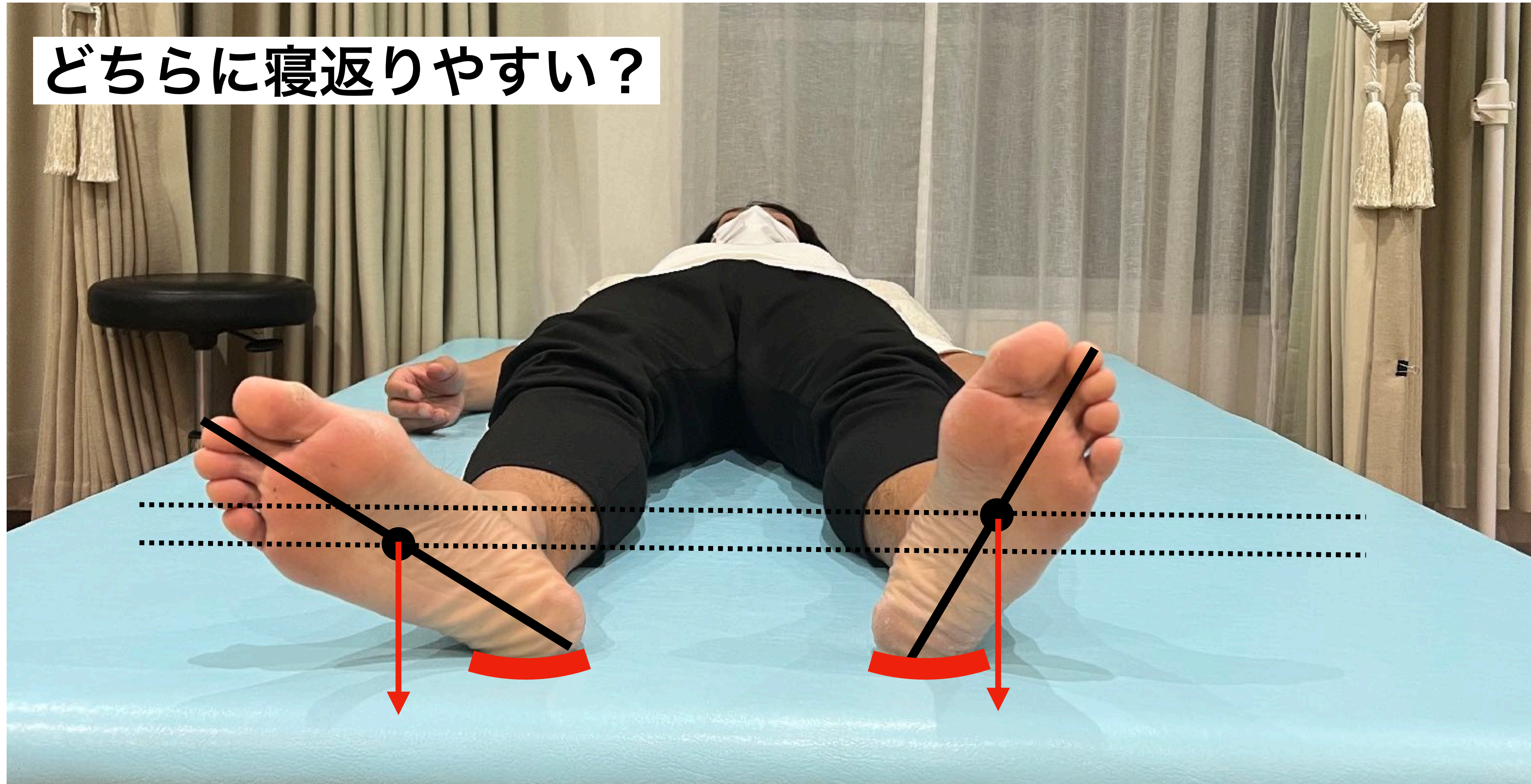
①重心の位置 ②支持基底面



背臥位評価：筋緊張

実行

どちらに寝返りやすい？



➤ **1時間でわかるADL動作分析**

臥位姿勢を考える

～良い臥位と良くない臥位を考える～

1. 臥位とは
2. 臥位の種類とは
3. 正常な臥位
4. 臨床での評価の視点

脳外臨床大学校 VIP専用セミナー

講師：脳外臨床研究会 作業療法士 山本秀一郎

