

➤ 1時間でわかる脳卒中アプローチ 立脚期に必要な 股関節の動きとは？

～股関節は外転？内転？～

1. 立脚相における骨盤と股関節の動き
2. 片脚立位の股関節外転支持と内転支持の違い
3. 立脚期のための股関節アプローチ
4. 臨床場面での仮説検証作業



山本流アプローチ

アプローチとは、対象や目標に近づく（迫る）こと

目標を達成するためには（アプローチには）

原因

のアプローチが重要で、そのためには

原因評価

可塑性変化

が必要

目標達成の条件は

環境

行動

能力

の3つの順で改善が必要

行動を変えるためには

認知

を変えるための

知覚

が重要である

脳卒中患者様の原因とは？

アプローチするのは？

脳卒中は、脳の血管が詰まったり破れたりして、
脳の機能が損なわれる病気の総称です。

状態評価

ADL評価

基本動作→筋緊張

セルフケア→運動麻痺

コミュニケーション→失語

病棟生活→FIM

ADLが改善

症状の有無評価

筋緊張：アシュワース

運動麻痺：BRS-t

失語：SLTA

前頭葉：FIM

症状が改善

原因評価

被殻出血：抑制障害・筋緊張障害



評価：基底核・内包・放線冠

目標に近づくために？

どんなアプローチが必要？

目標

<条件>

環境

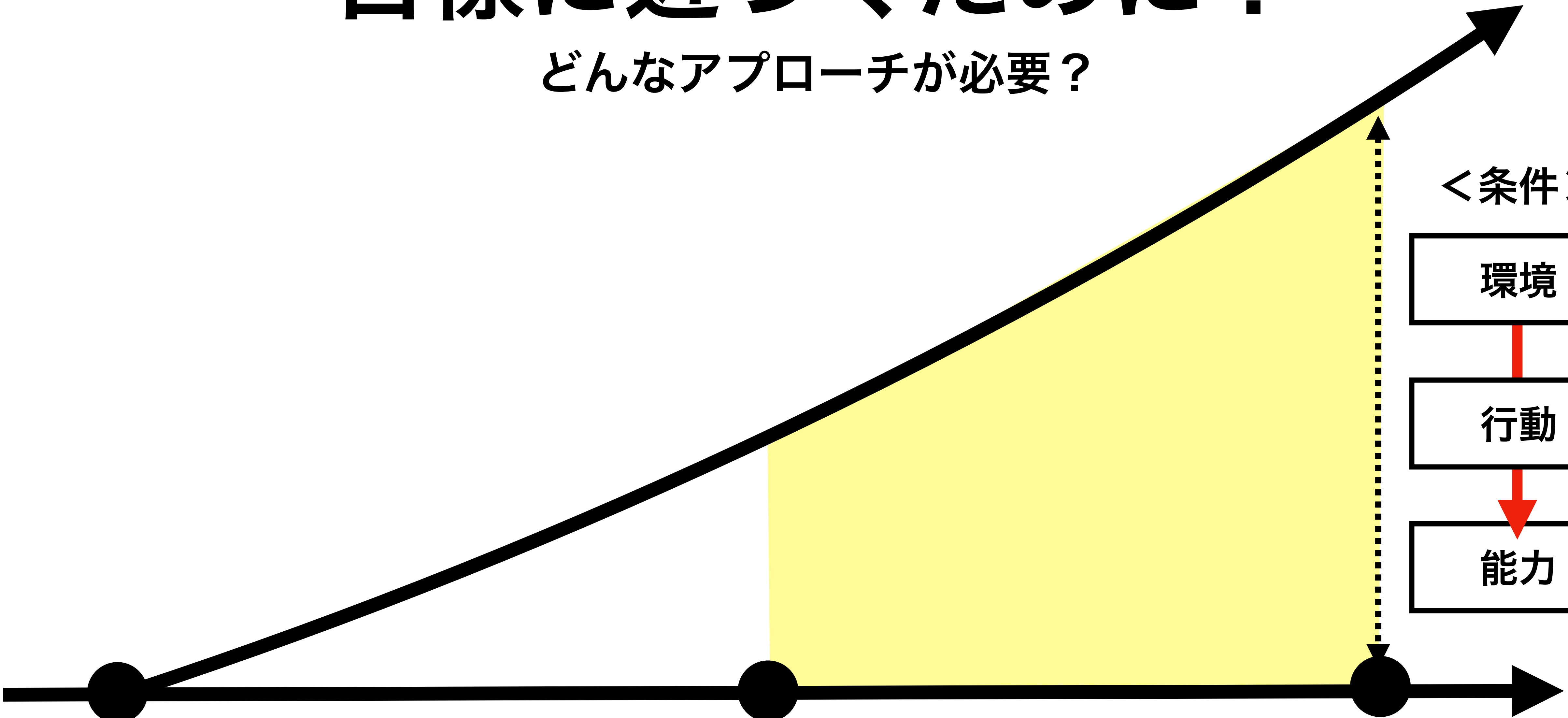
行動

能力

過去

現在

未来



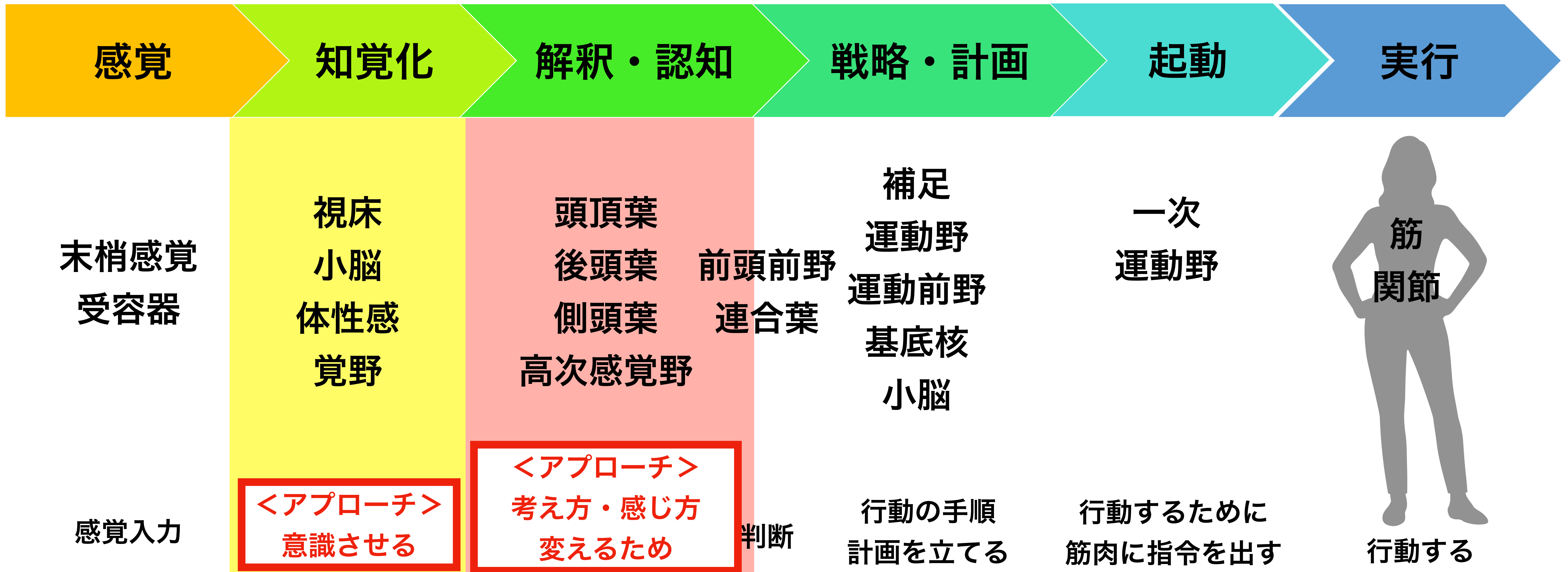
どうすれば行動・能力を変えられるか？

行動を変えるためにどこにアプローチするべき？

なんのために
意識させるのか？

なぜ、考え方を
変える必要がある？

なぜ行動するのか？



山本流アプローチ

アプローチとは、対象や目標に近づく（迫る）こと

原因に対して、可塑性変化を促すために

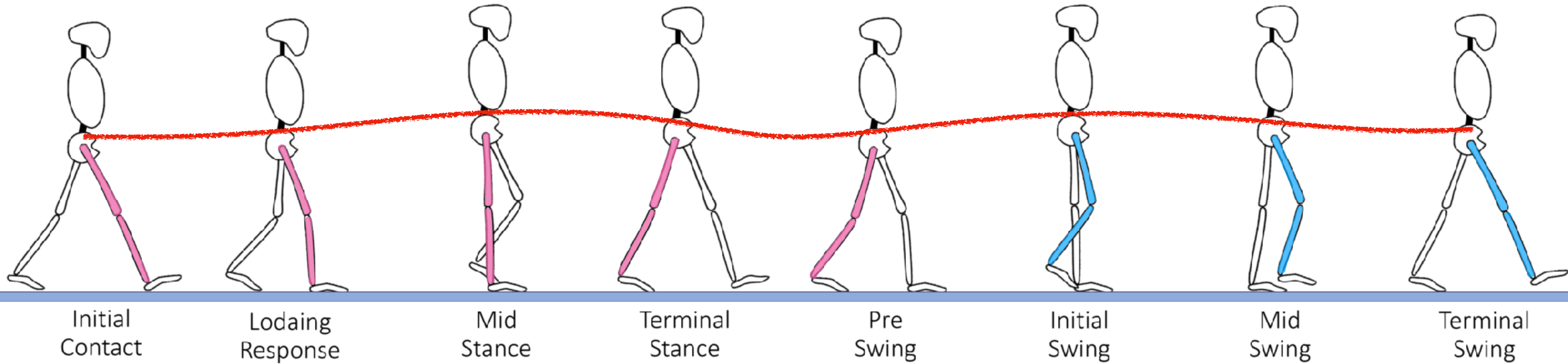
- ①原因評価(統合と解釈)が必須
- ②行動を変えるための、感覚知覚が重要
- ③感覚が知覚できると認識が変わり、行動変容が起こる
- ④行動変容が起こらないものは、アプローチではない

人はどうやって移動するの？

歩行

立脚相

遊脚相



衝撃
吸収

重心
持ち上げ

重心
保持

減速

前方
推進力

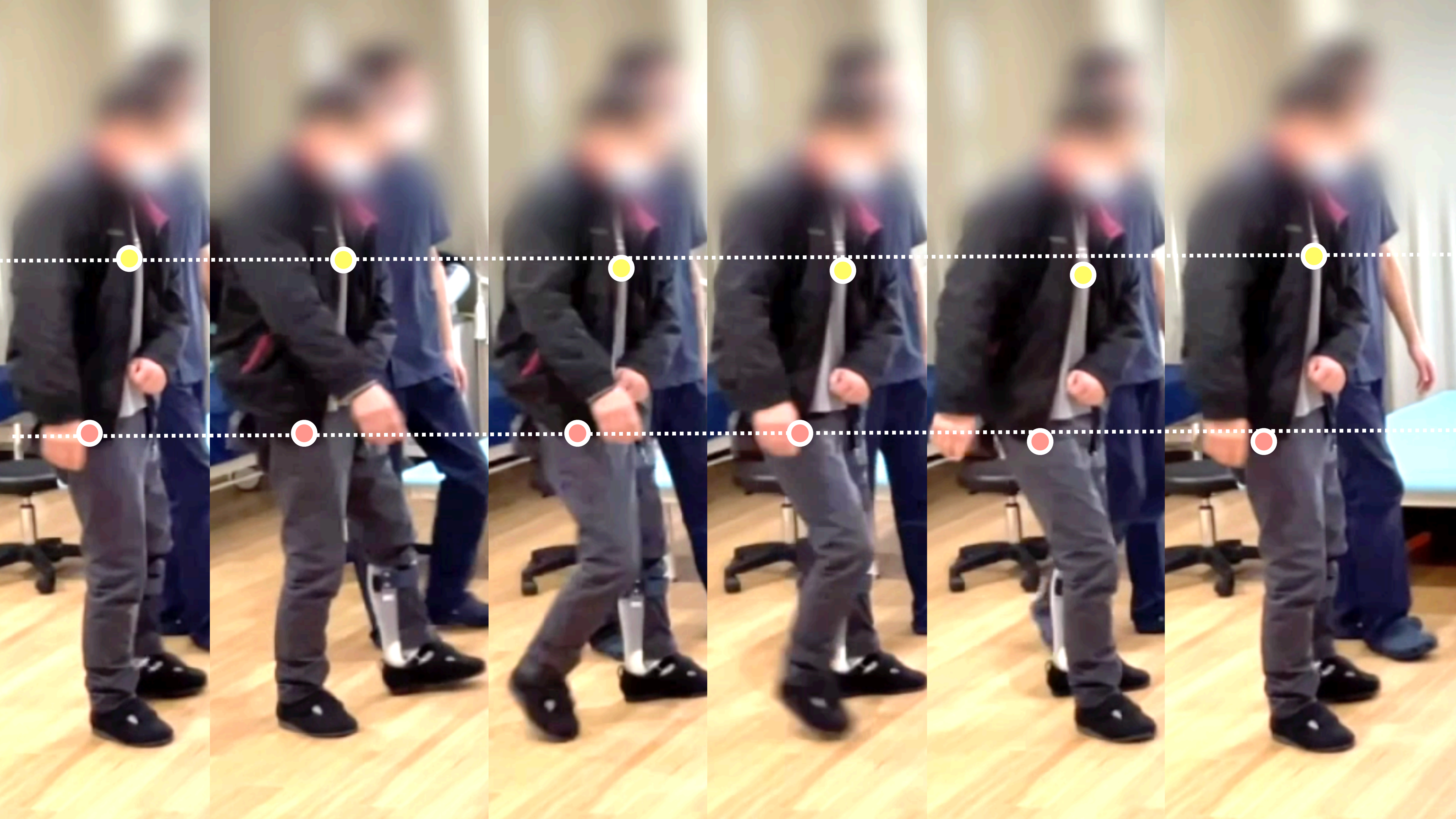
下肢の
持ち上げ

下肢の
振り出し

接地準備







下肢の
振り出し

接地準備

衝撃
吸収

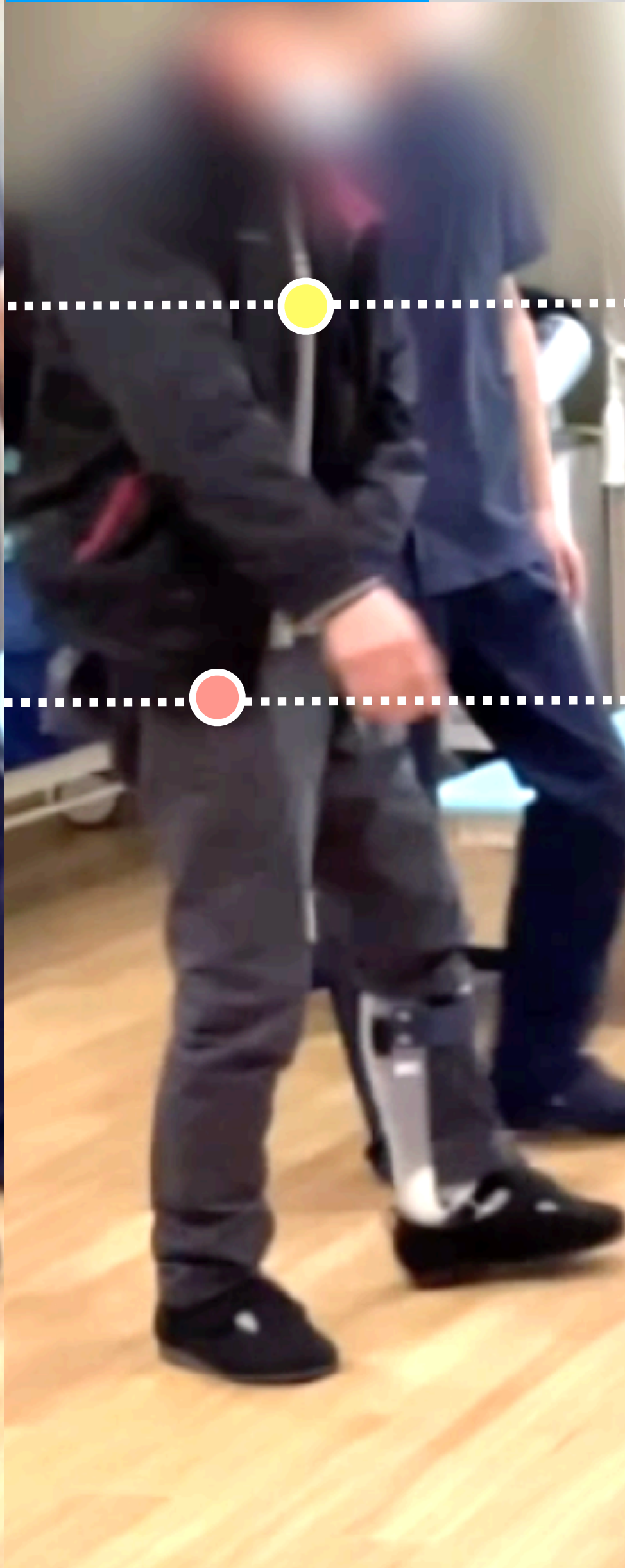
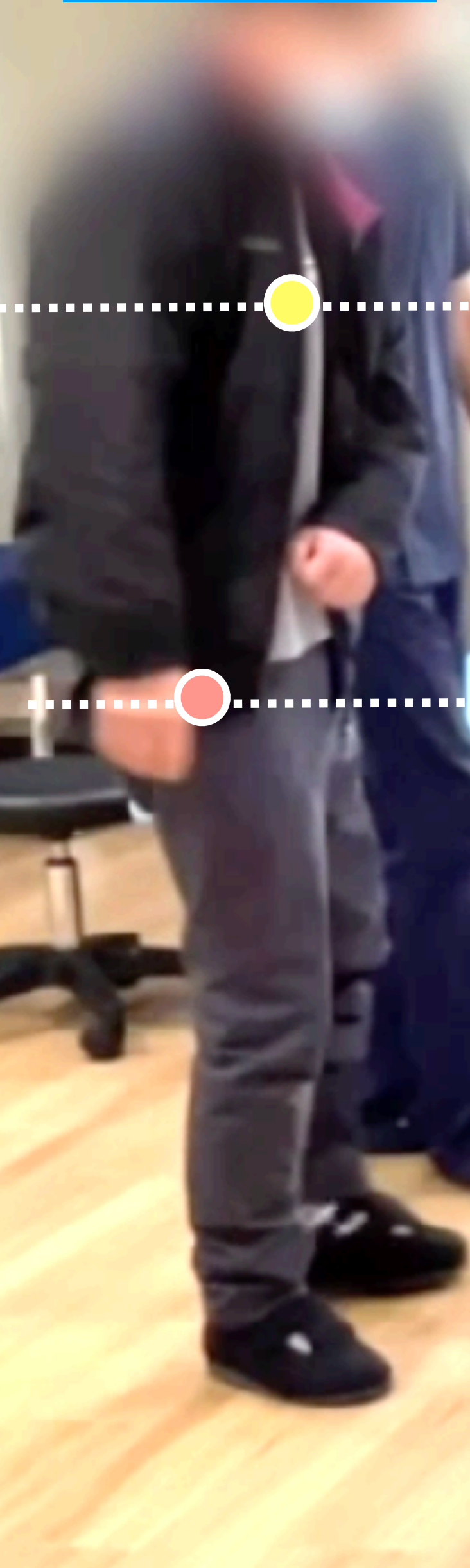
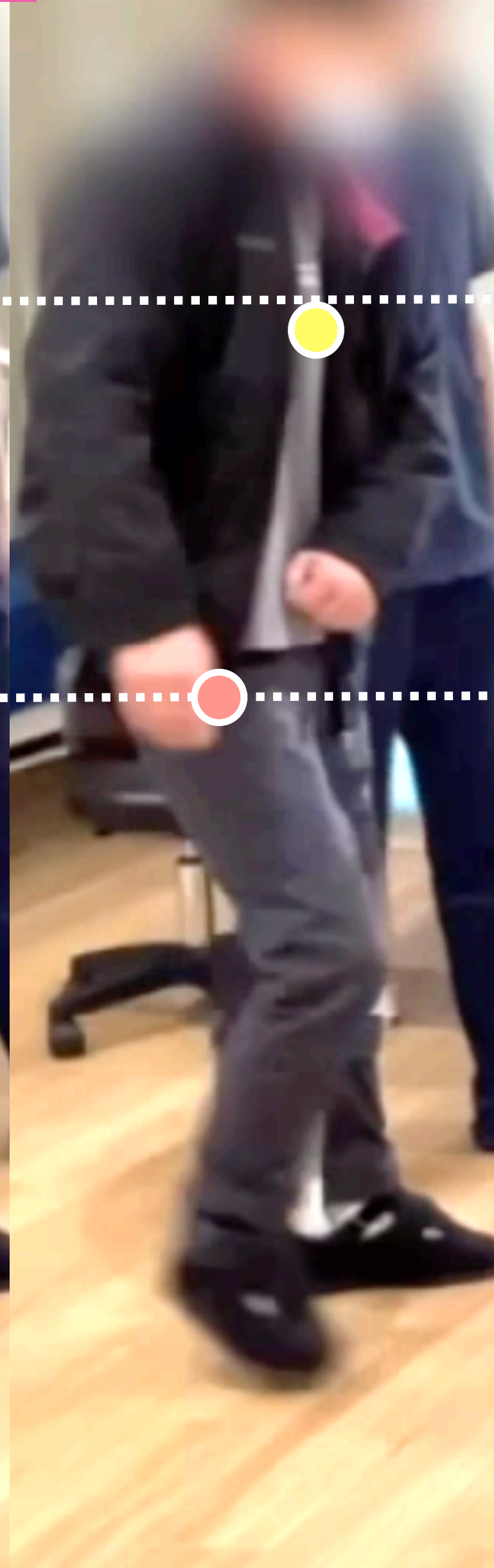
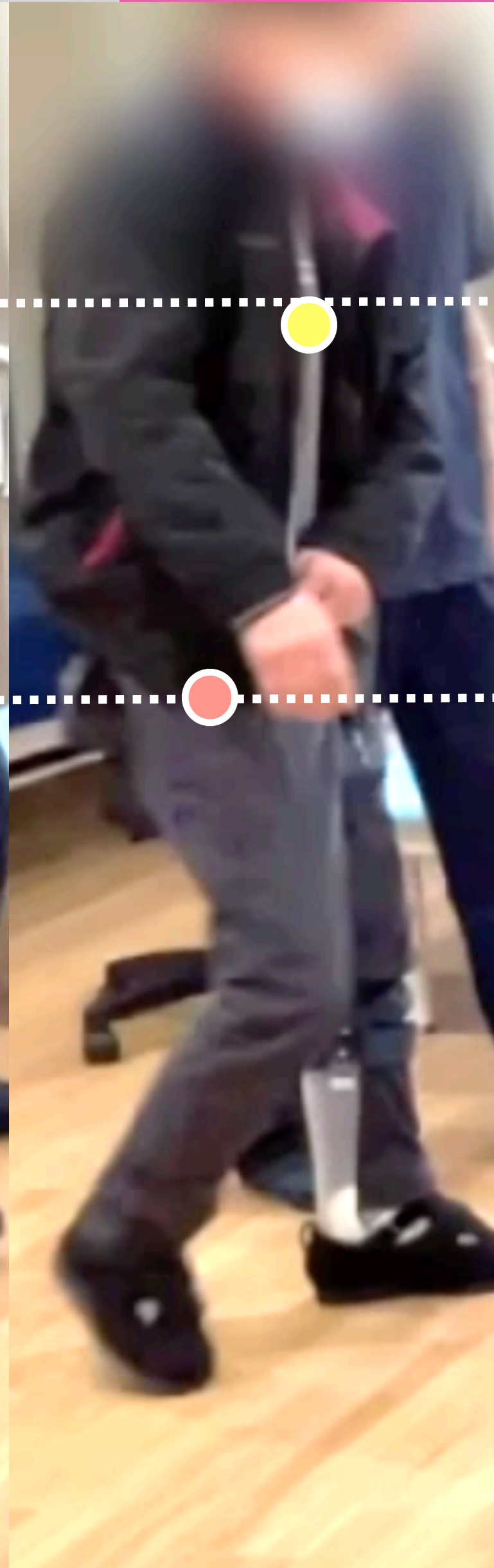
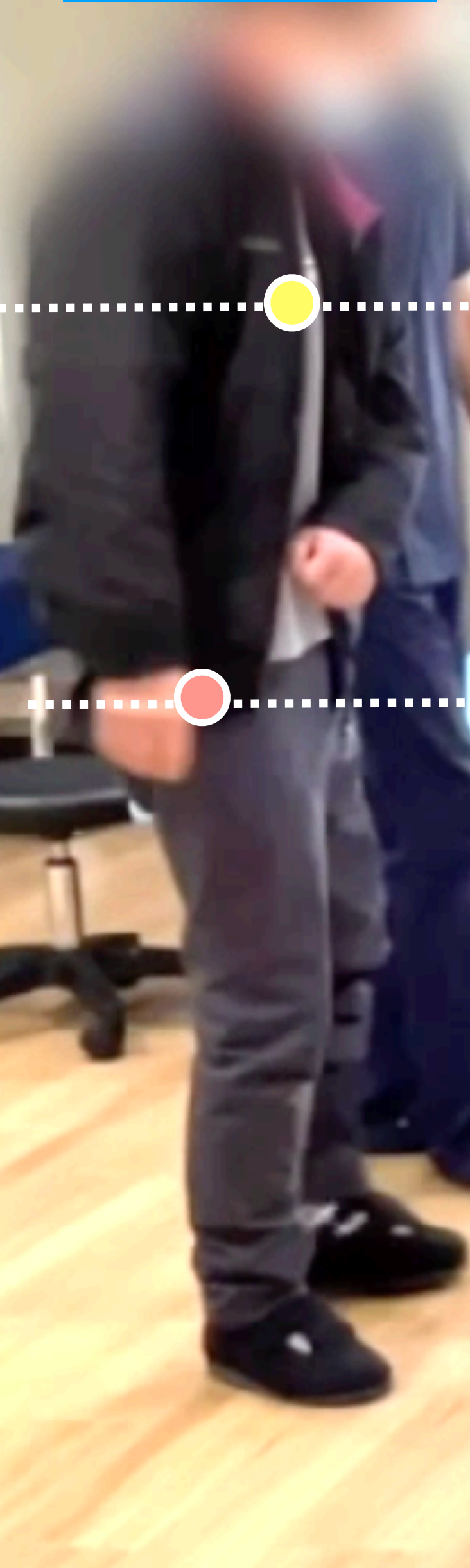
重心
持ち上げ

重心
保持

減速

前方
推進力

下肢の
持ち上げ



下肢の
振り出し

接地準備

衝撃
吸収

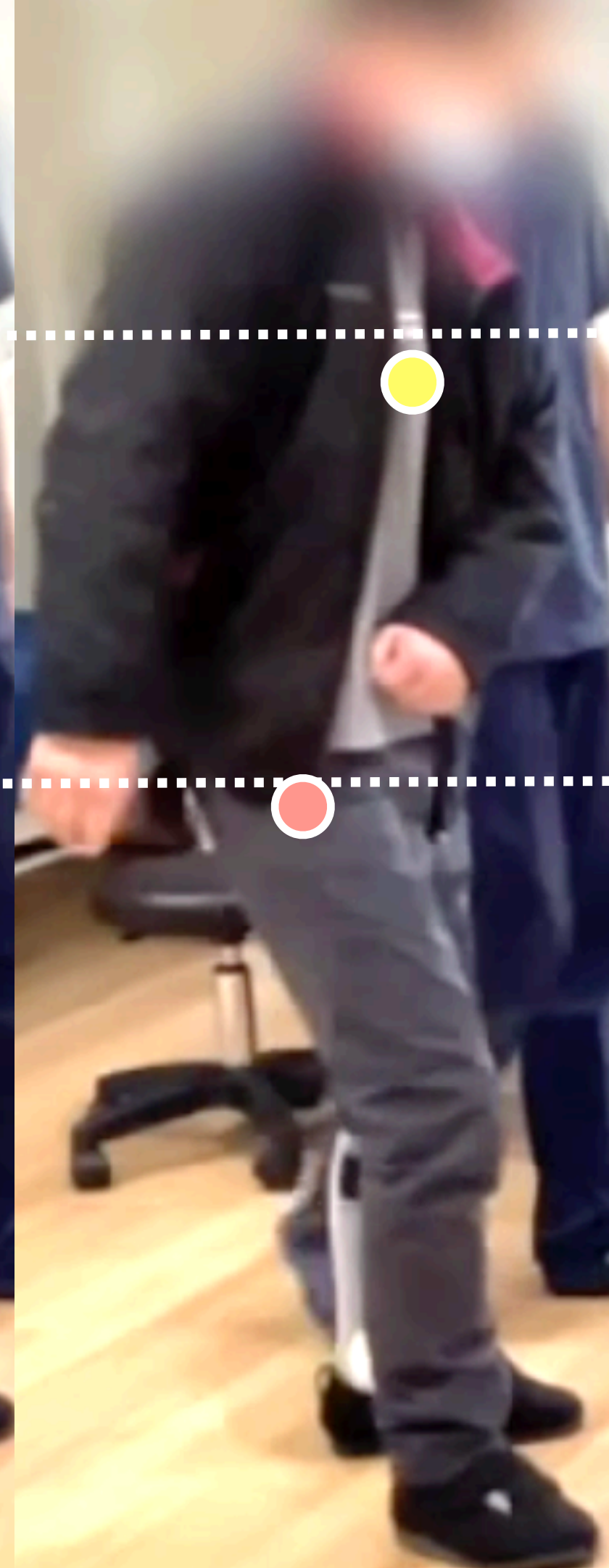
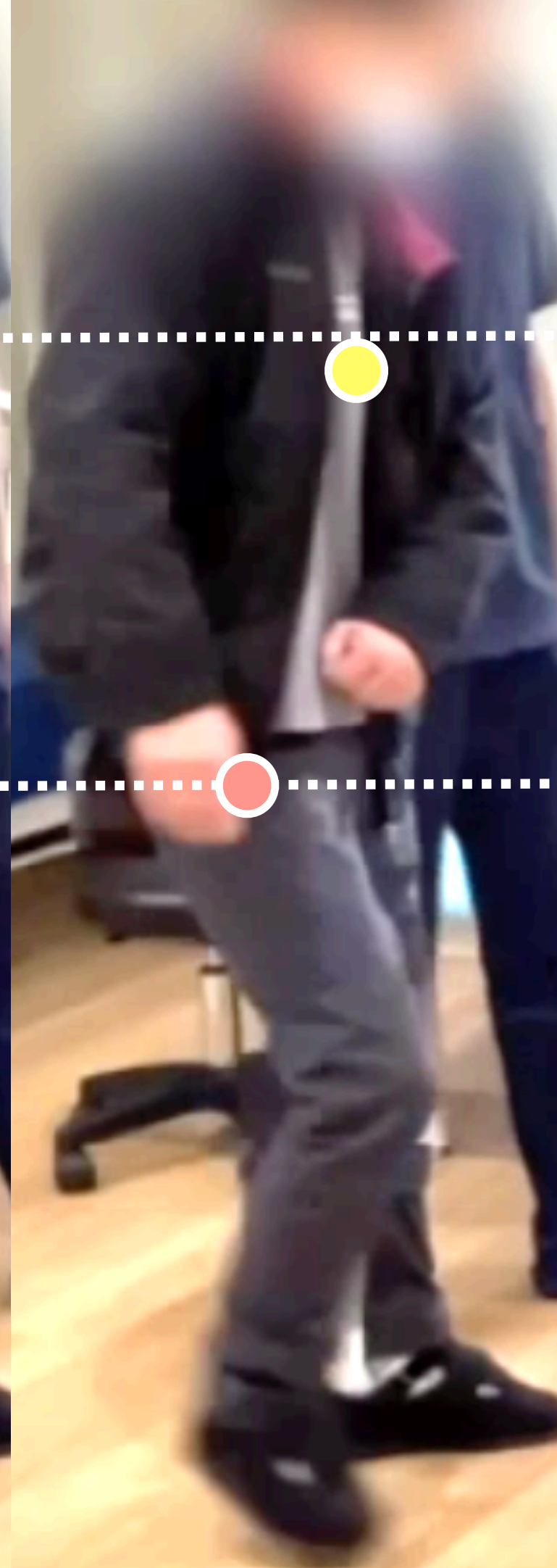
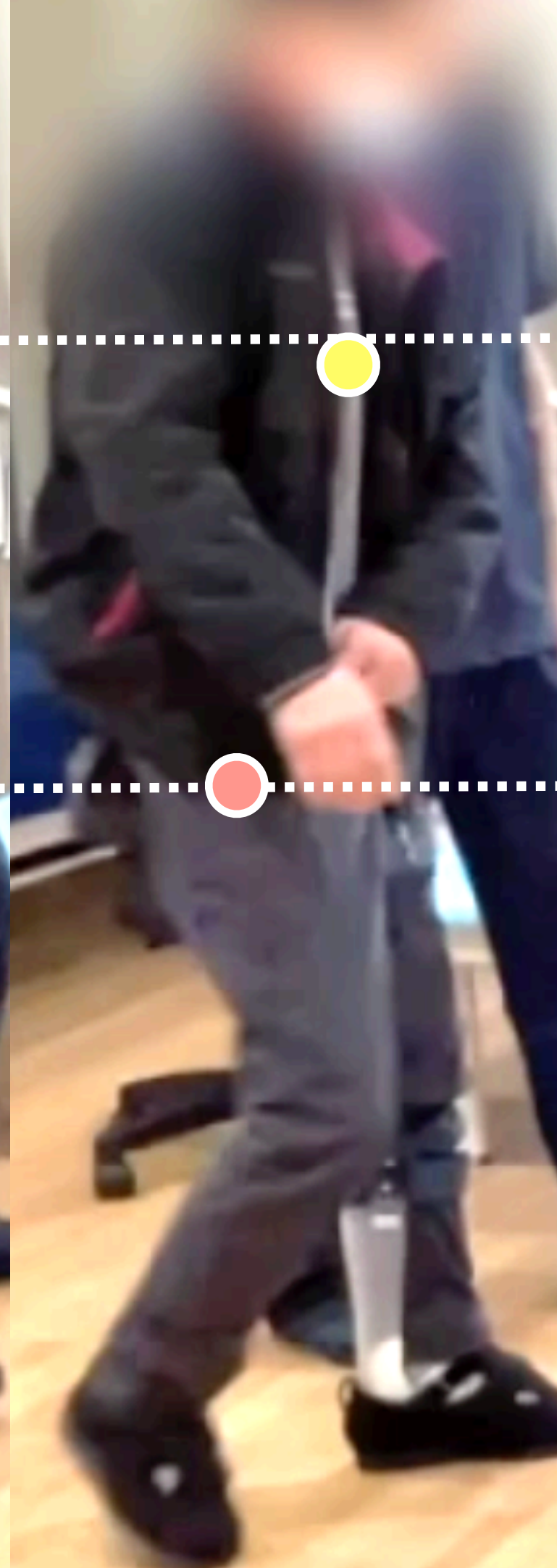
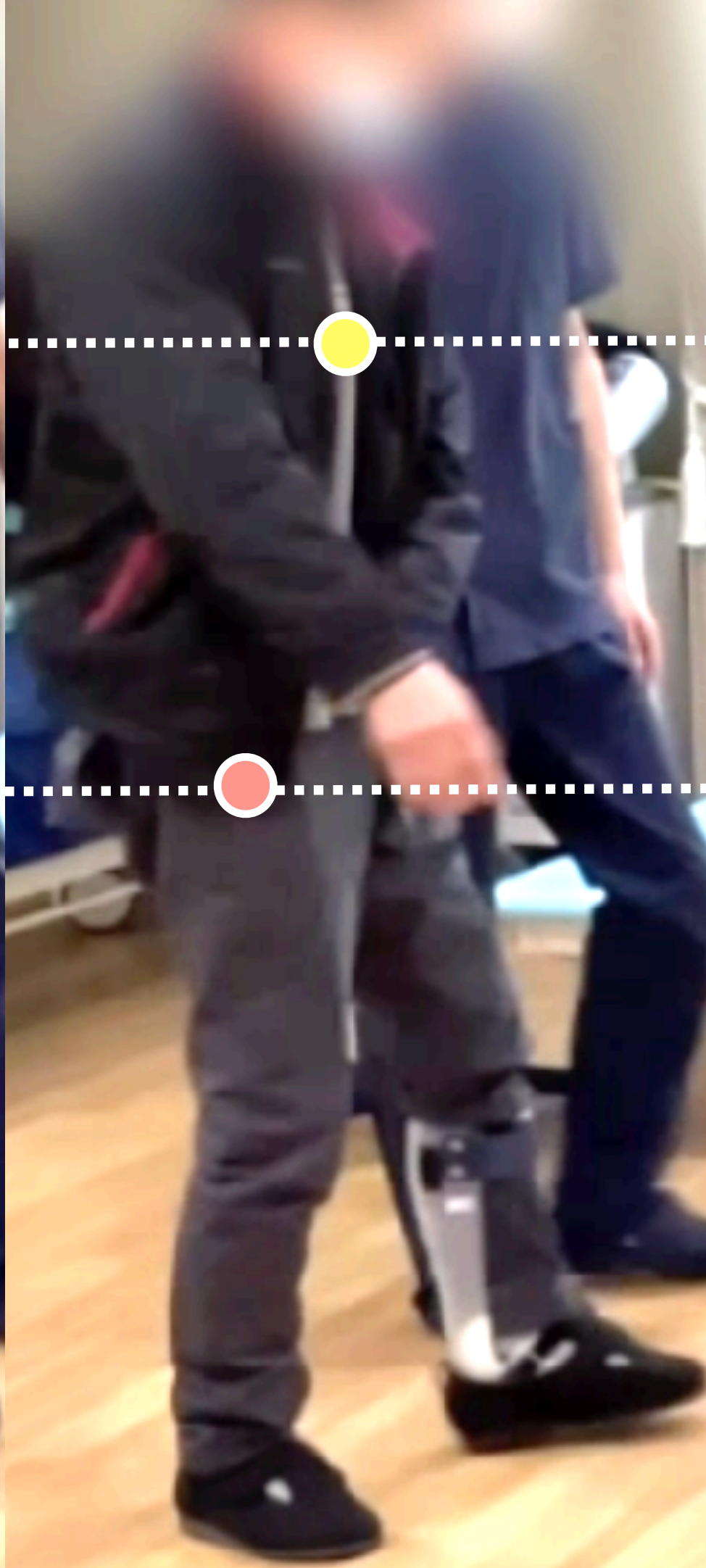
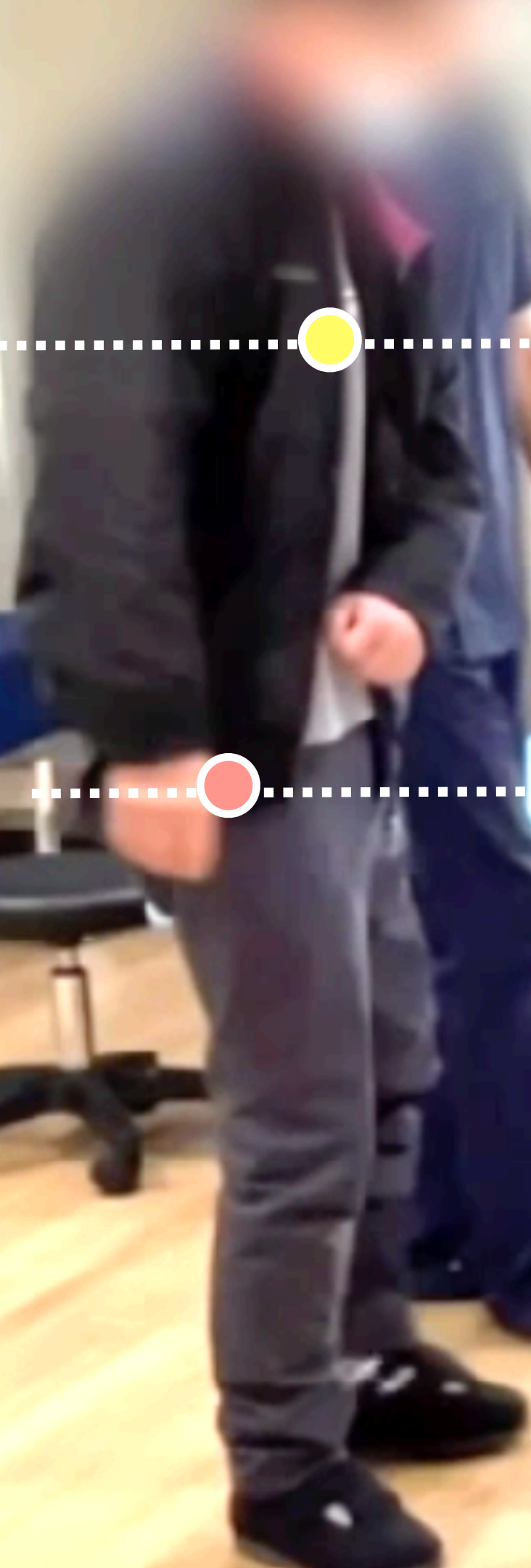
重心
持ち上げ

重心
保持

減速

前方
推進力

下肢の
持ち上げ



随意運動の問題

バランス

筋緊張の問題

バランス

随意運動の問題

接地準備

衝撃
吸収

重心
持ち上げ

評価

- ①上半身重心の評価
- ②下半身重心の評価
- ③上・下半身重心の位置評価

随意運動の問題

バランス

筋緊張の問題

接地準備

衝撃
吸収

重心
持ち上げ



随意運動の問題

バランス

筋緊張の問題

重心を上前方に移動するためには

足関節は固定 してはいけない

足関節固定

背屈

重心は前方に
移動するも
支持できず
重心の持ち上げに
問題が起こる

底屈

重心が前方に
移動できないが
支持できる
体幹の前傾代償
が起こる

中間位

重心を前方に
移動できるも
重心の持ち上げが
できない

***足関節は重心の前後上下に関与していることがわかる**

足関節の動きを評価しよう

Initial contact

衝撃吸収



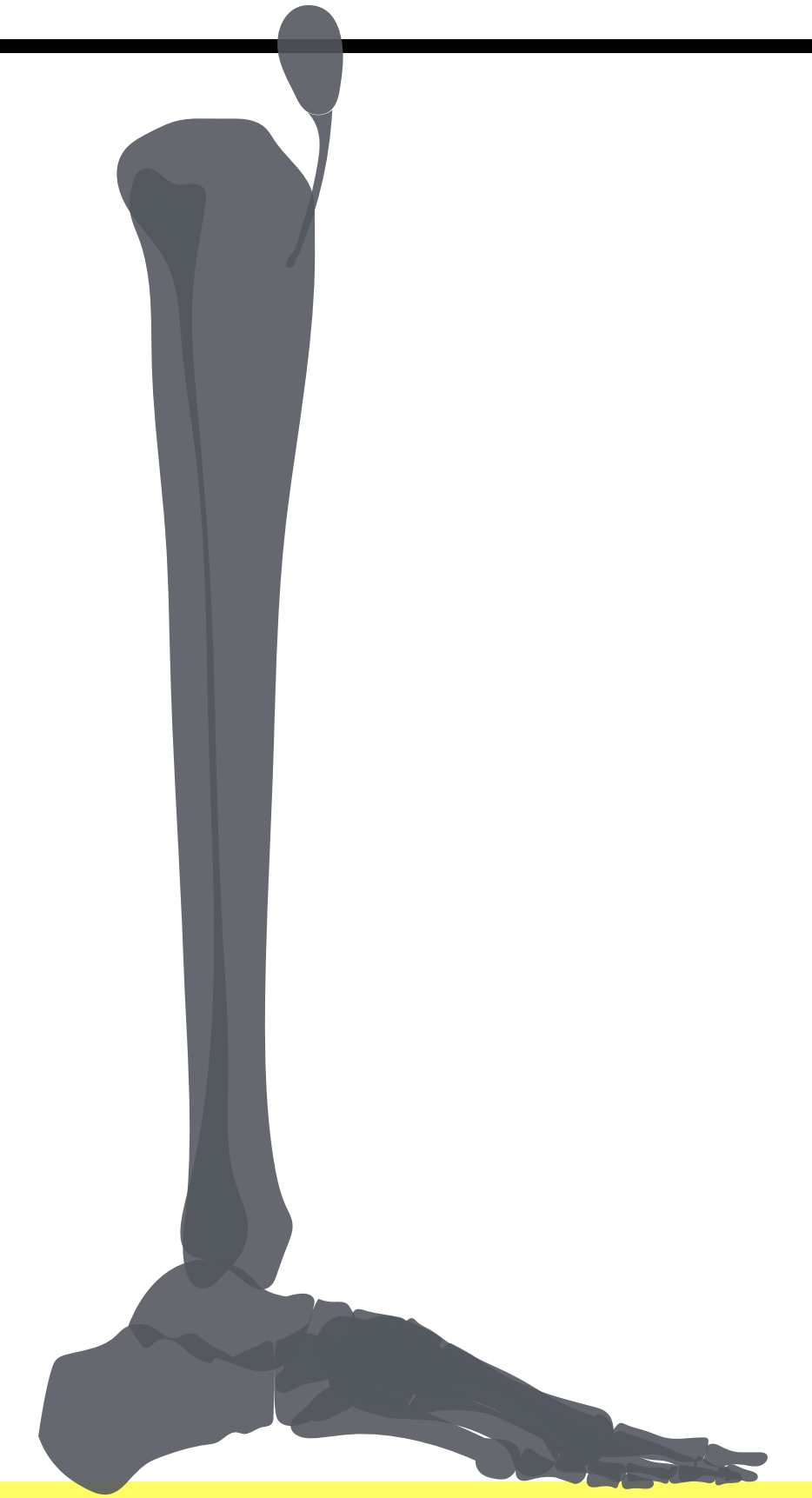
Loading response

重心の持ち上げ



Mid stance

重心の保持



重心を前上方に上げるための アプローチ

Lodaing response

重心の持ち上げ



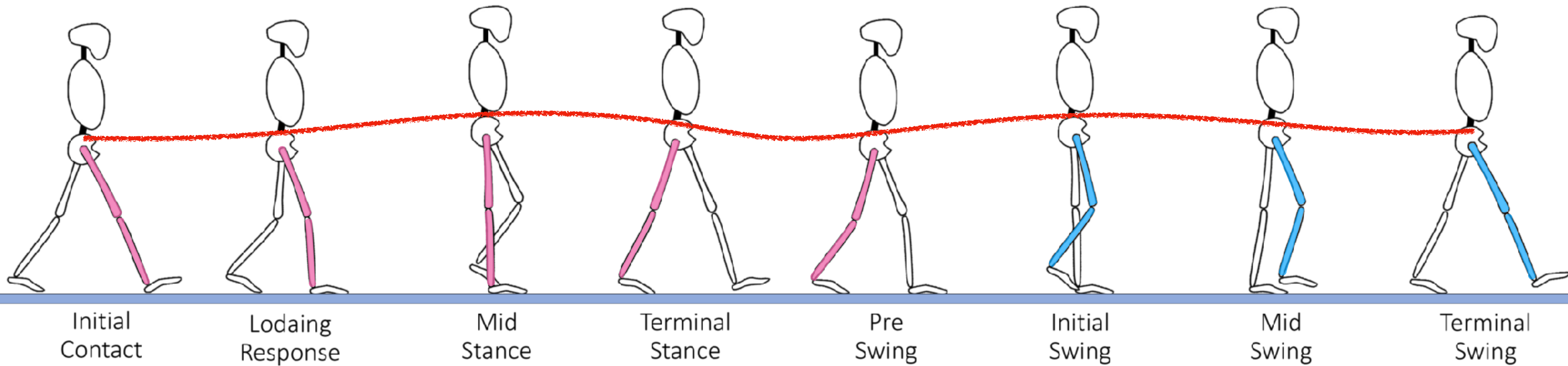
- ①立ち上がりを利用した重心の持ち上げ
- ②運動エネルギーを位置エネルギーに変える
- ③底屈練習(方向とタイミング)

移動に重要なのはどこ？

歩行

立脚相

遊脚相



衝撃
吸収

重心
持ち上げ

重心
保持

減速

前方
推進力

下肢の
持ち上げ

下肢の
振り出し

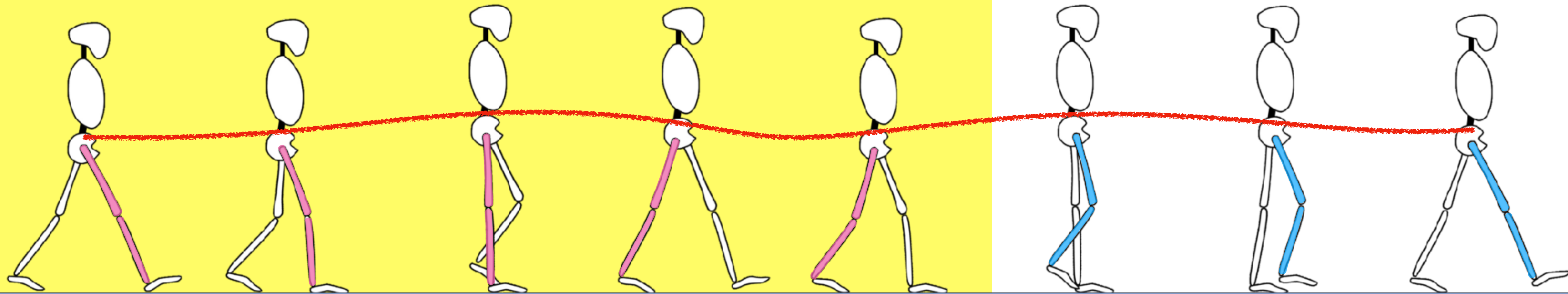
接地準備

移動に重要なのはどこ？

歩行

立脚相

遊脚相



Initial Contact

Loading Response

Mid Stance

Terminal Stance

Pre Swing

Initial Swing

Mid Swing

Terminal Swing

衝撃
吸収

重心
持ち上げ

重心
保持

減速

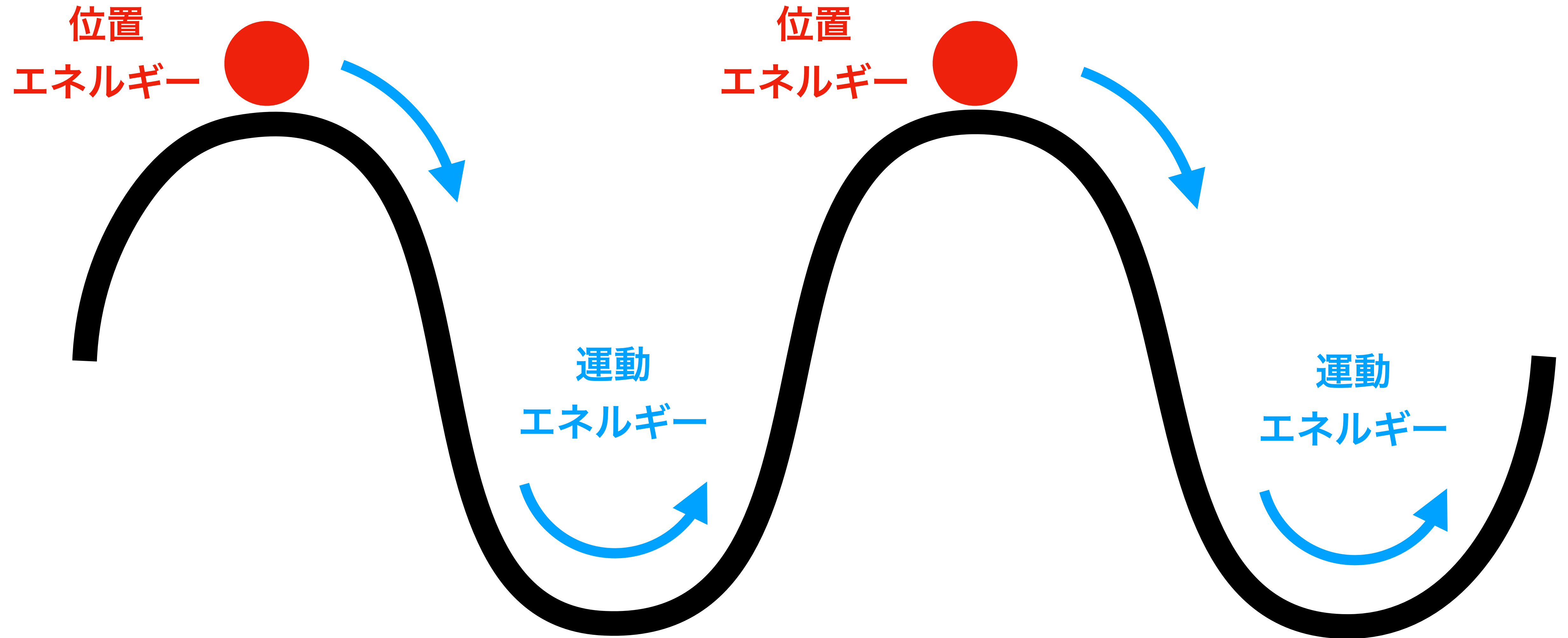
前方
推進力

下肢の
持ち上げ

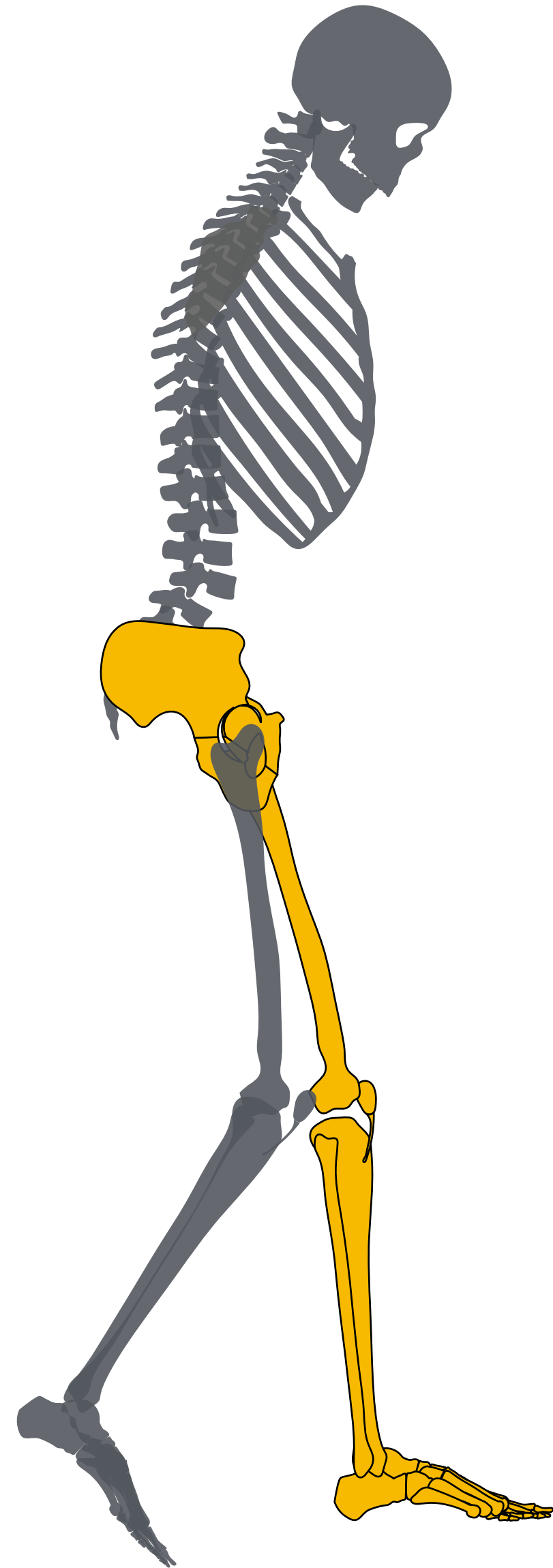
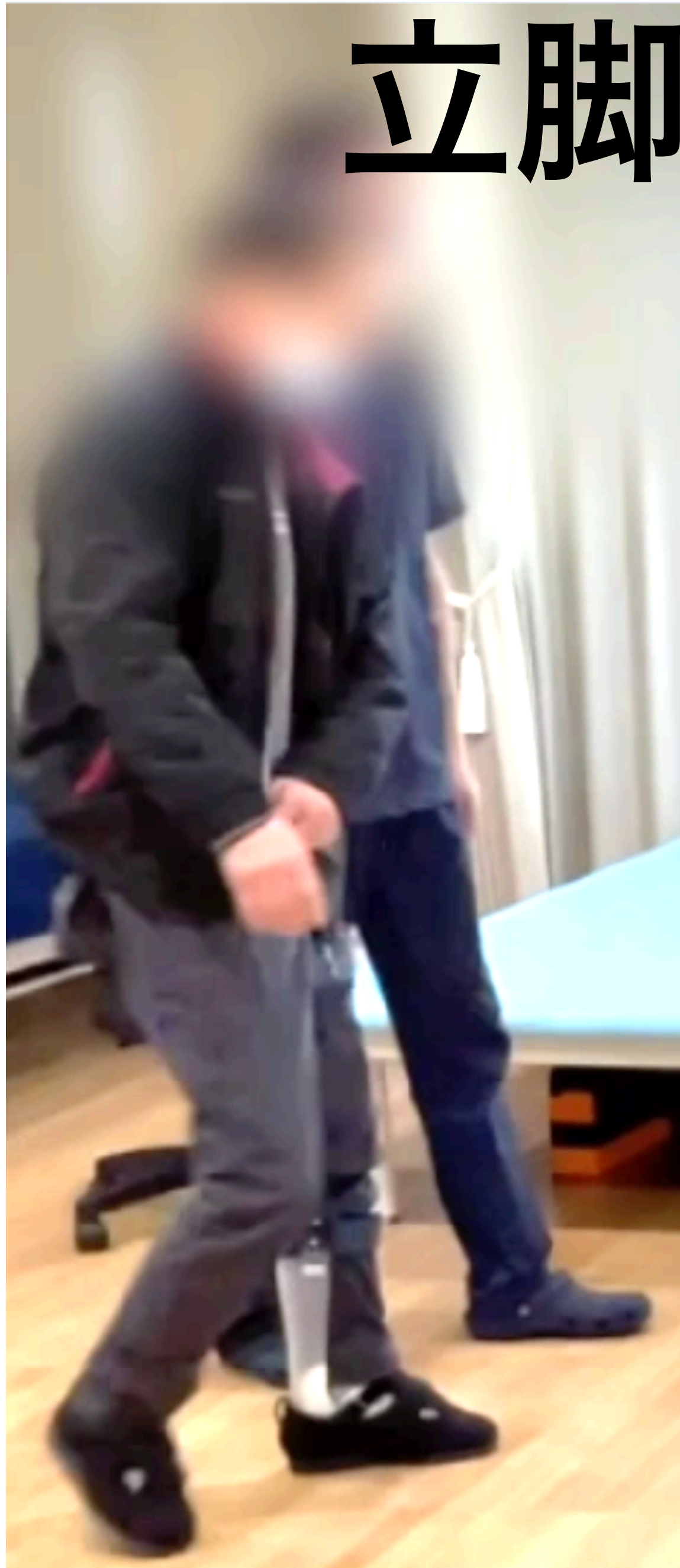
下肢の
振り出し

接地準備

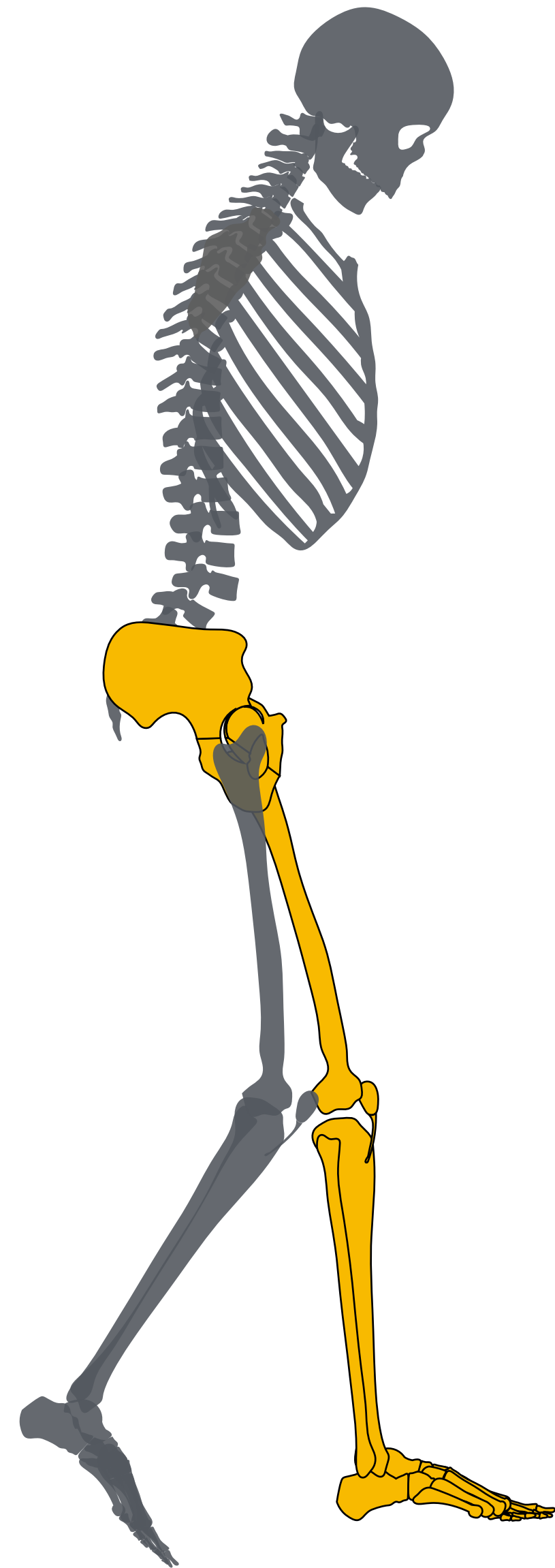
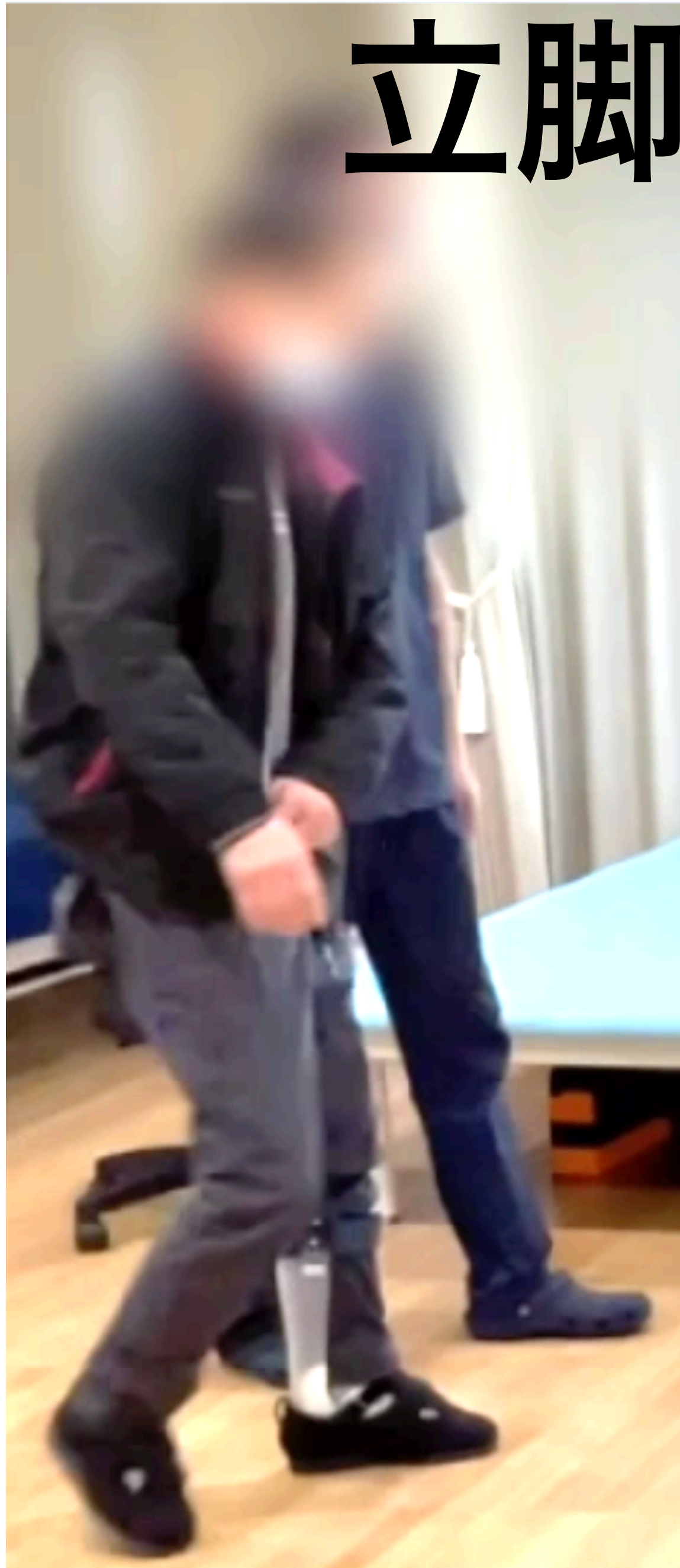
人はどうやって移動するの？



立脚相の下肢の動きとは？



立脚相の下肢の動きとは？



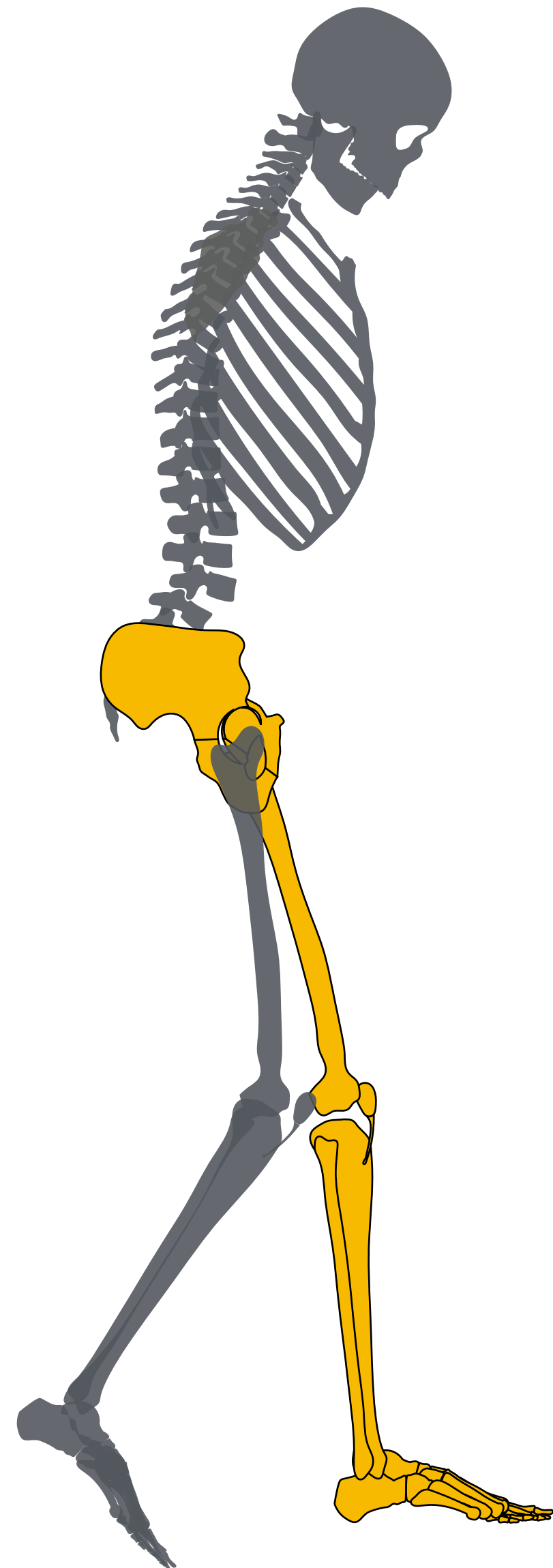
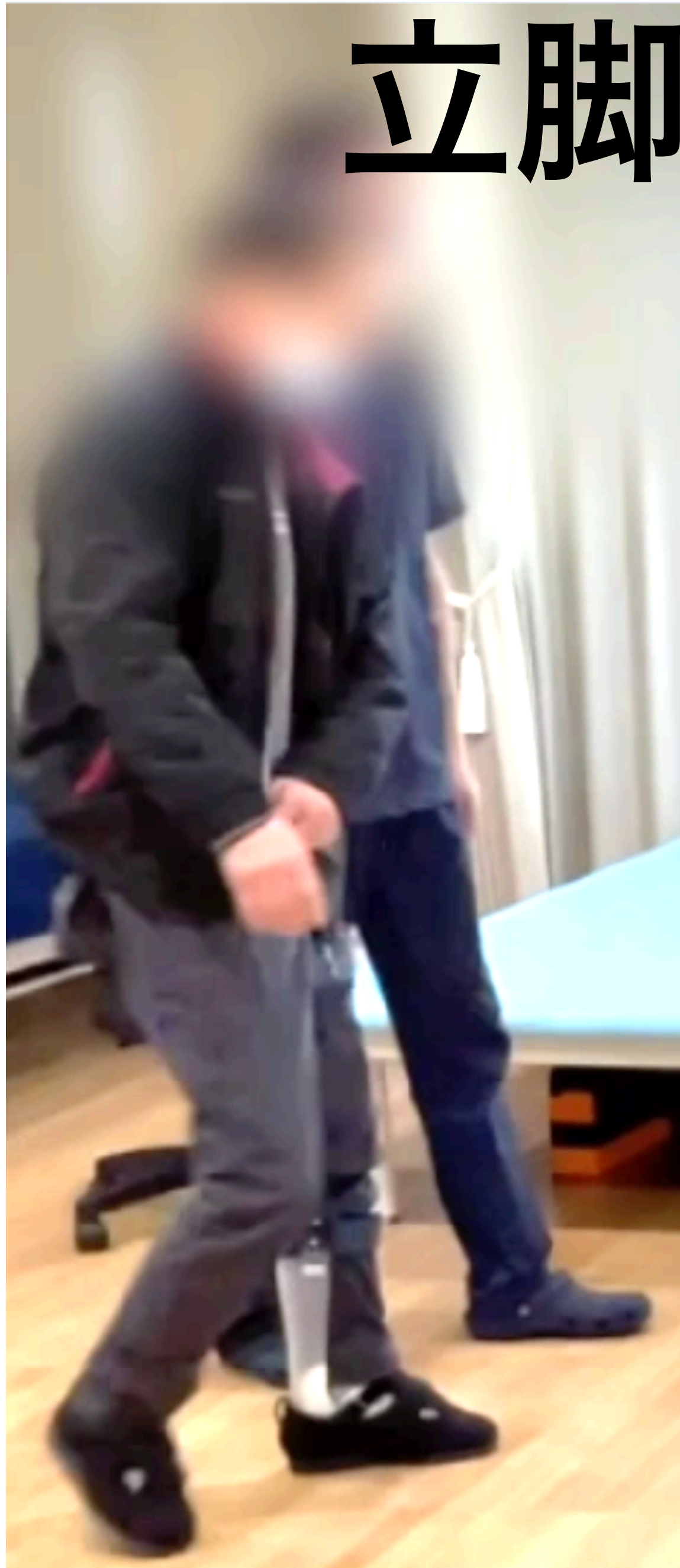
骨盤後傾

股関節伸展・外旋

膝関節屈曲

足関節底屈・内反

立脚相の下肢の動きとは？

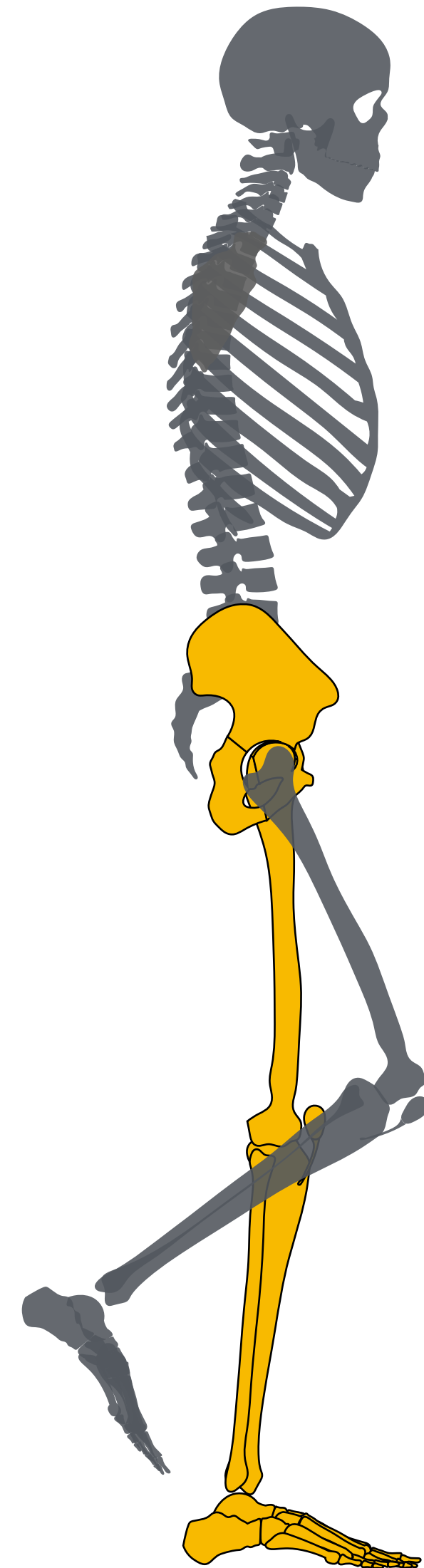


骨盤後傾

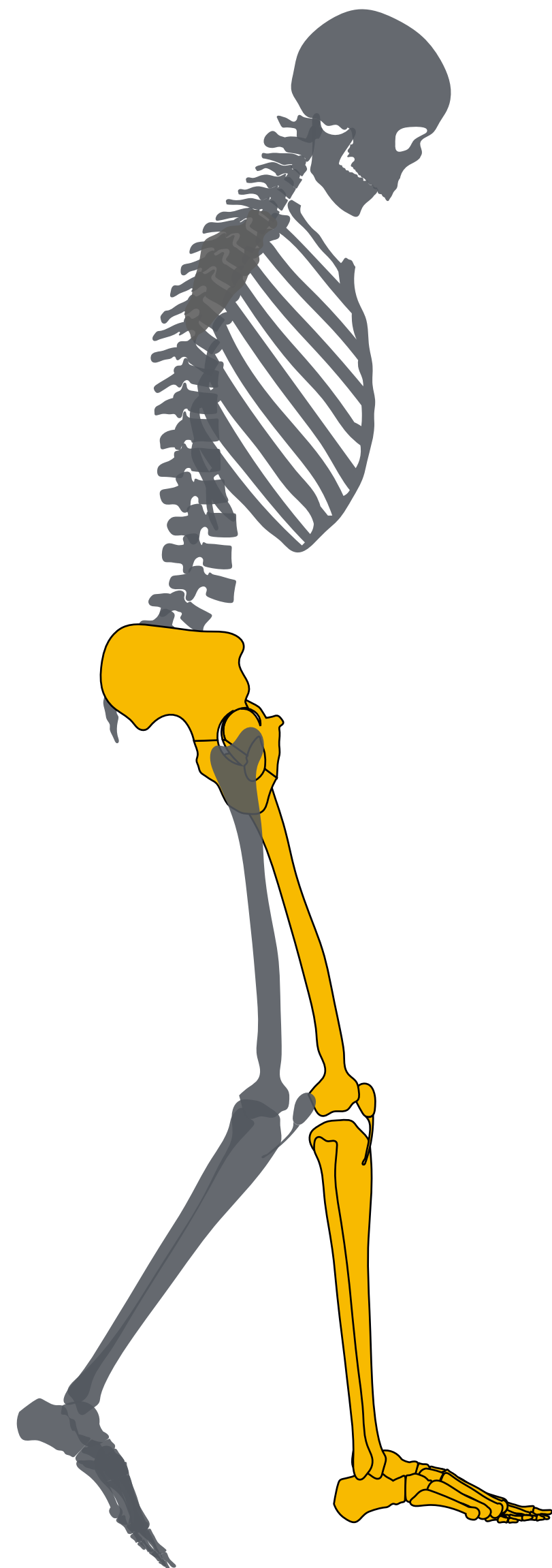
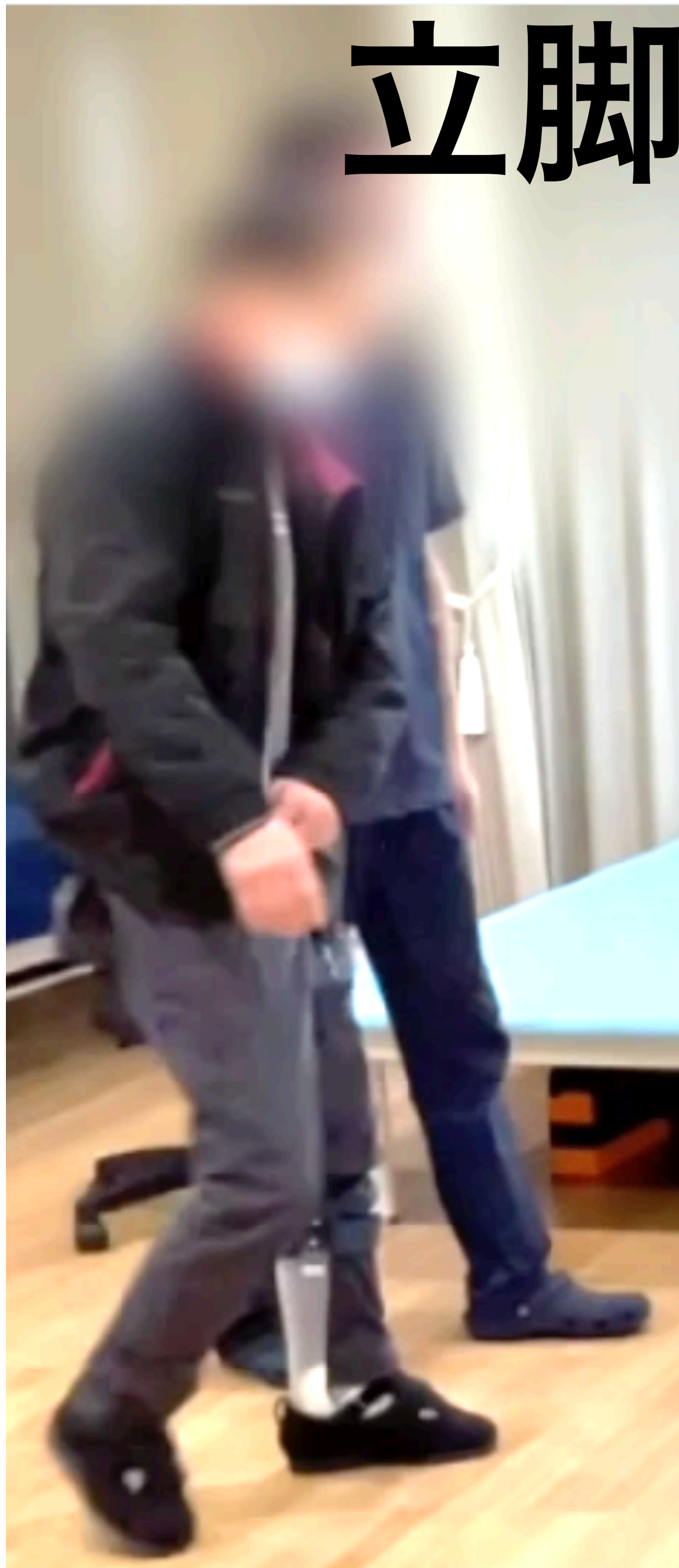
股関節伸展・外旋

膝関節屈曲

足関節底屈・内反



立脚相の下肢の動きとは？

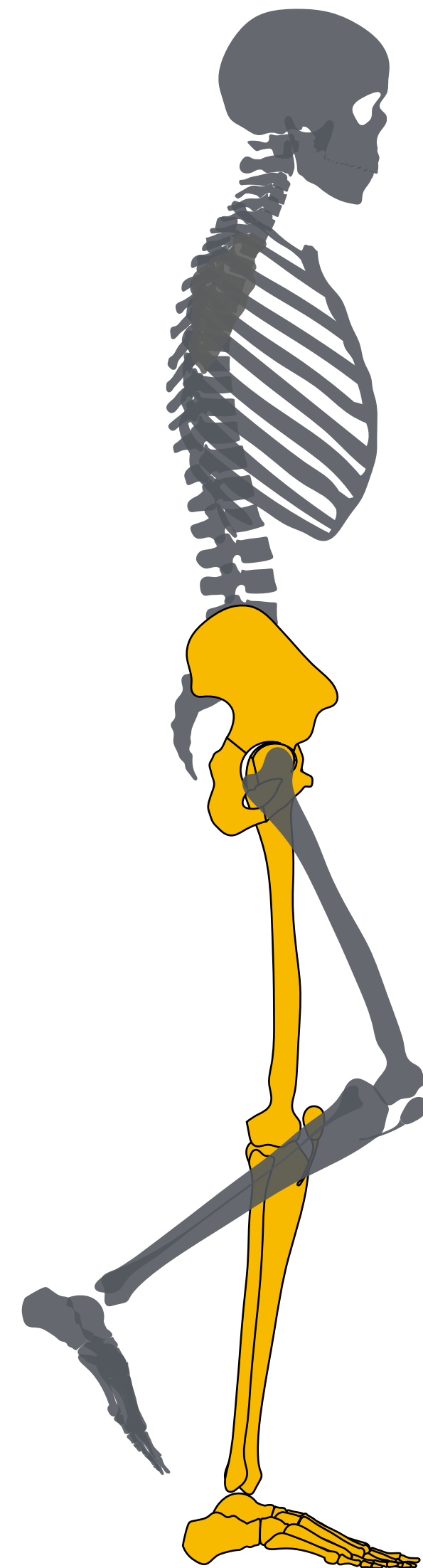


骨盤後傾

股関節伸展・外旋

膝関節屈曲

足関節底屈・内反



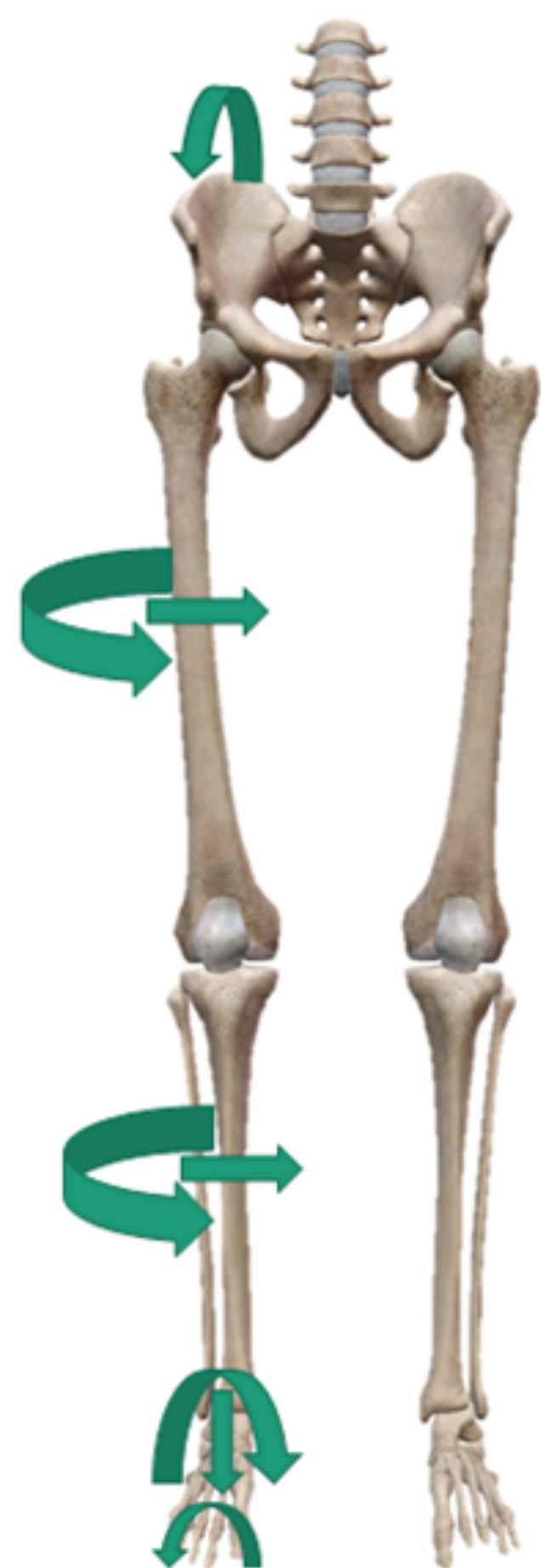
骨盤前傾

股関節屈曲・内旋

膝関節伸展

足関節底屈・外反

骨盤前傾に伴う下行運動連鎖



骨盤前傾

股関節：屈曲・内転・内旋
大腿骨：後方・内側・内旋
膝関節：伸展・外反・外旋
脛骨：後方・内側・内旋
足関節：底屈・回内(外反)
前足部：回外

骨盤後傾に伴う下行運動連鎖



骨盤後傾

股関節：伸展・外転・外旋
大腿骨：前方・外側・外旋
膝関節：屈曲・内反・内旋
脛骨：前方・外側・外旋
足関節：背屈・回外(内反)
前足部：回内

骨盤前方回旋に伴う下行運動連鎖



骨盤前方回旋

股関節：伸展・外転・外旋

大腿骨：前方・内側・内旋

膝関節：屈曲・外反・外旋

脛骨：前方・内側・内旋

足関節：背屈・回内(外反)

前足部：回外

骨盤後方回旋に伴う下行運動連鎖



骨盤後方回旋

股関節：屈曲・内転・内旋

大腿骨：後方・外側・外旋

膝関節：伸展・内反・内旋

脛骨：後方・外側・外旋

足関節：底屈・回外(内反)

前足部：回内

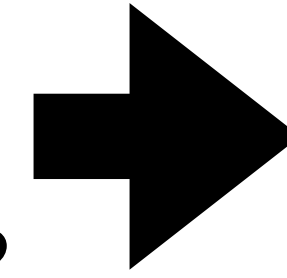
アプローチの考え方



に



をしたら
を変えたら



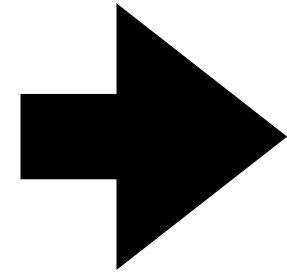
変化すると
仮説する



に



をしたら
を変えたら



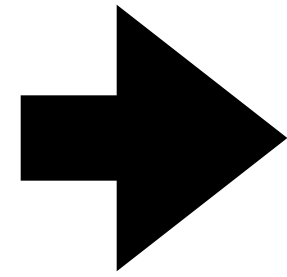
変化すると
仮説する



に



をしたら
を変えたら



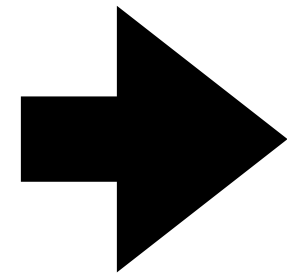
変化すると
仮説する



に



をしたら
を変えたら



変化すると
仮説する