

▶ 1時間でわかるADL動作分析

下衣更衣獲得に必要な 上肢機能

- 1. 下衣更衣とは**
- 2. 下衣更衣に必要な要素**
- 3. 臨床での評価の視点**
- 4. 下衣更衣に対するアプローチ**

講師：脳外臨床研究会 作業療法士 山本秀一郎



トイレ動作(下衣)ができない人

<行為動作>

認知

記憶

判断

応用動作

<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

トイレ動作(下衣)ができない人

座位

食事

整容

立ち上がり

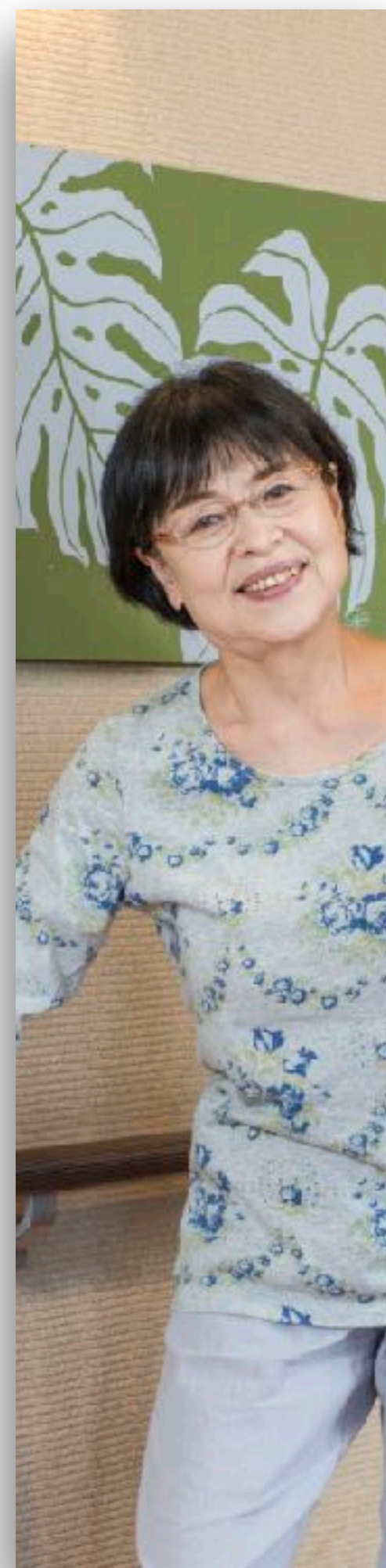
立位

移乗

歩行

トイレ自立

屋外歩行



自宅退院

本当にこの方法は簡単なのか？

下衣動作を分類わけ

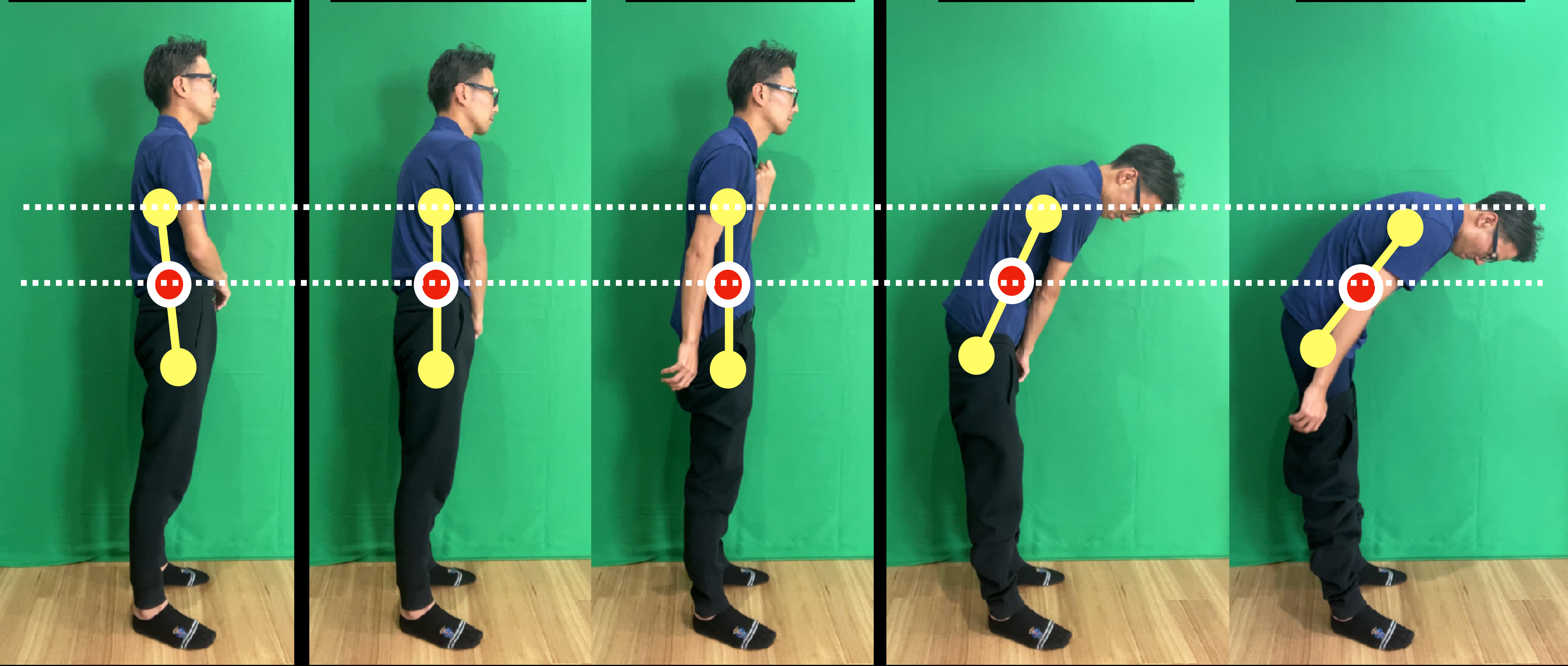
ウエストに指を掛ける

非麻痺側を下ろす①

麻痺側を下ろす①

非麻痺側を下ろす②

麻痺側を下ろす②



通常はどのようにしているのか？



通常の下衣更衣



山本の勧める下衣更衣

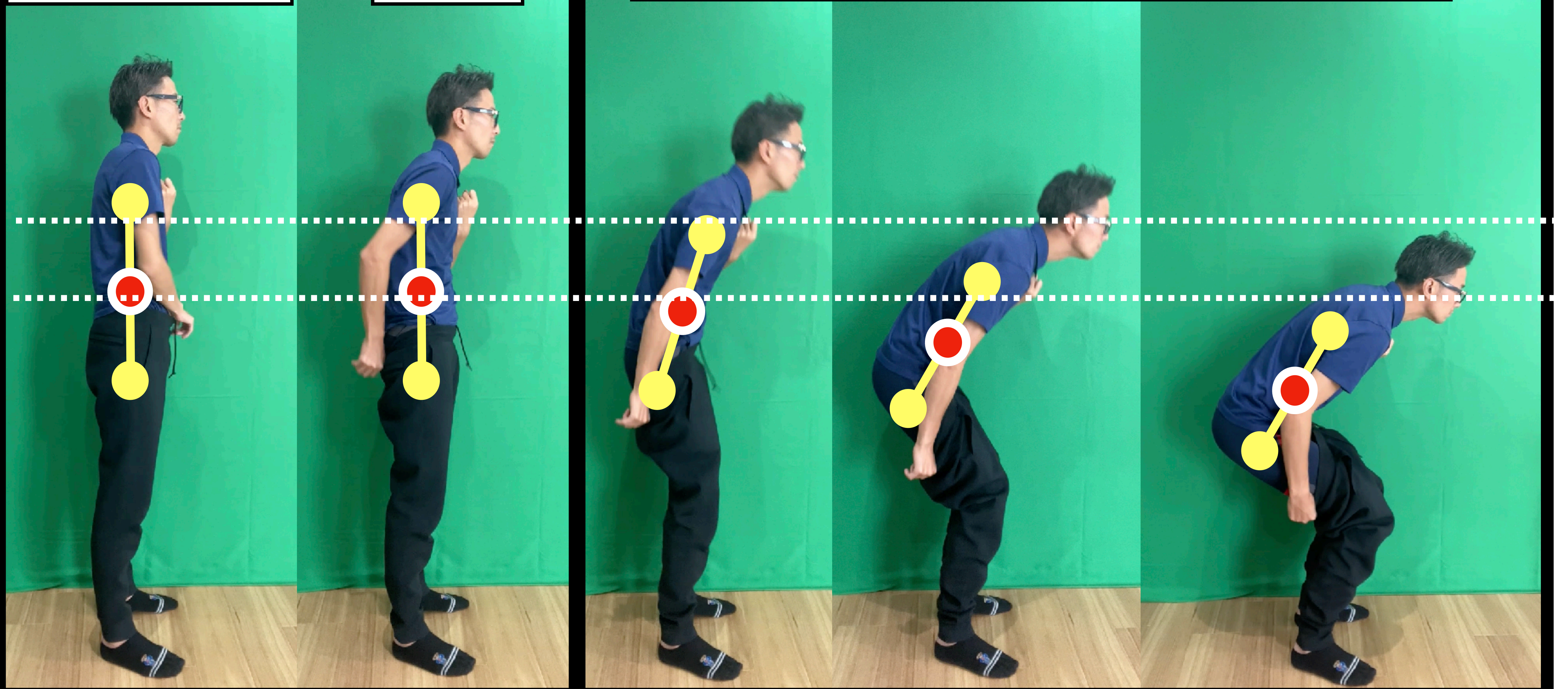
重心の高さ

山本の勧める下衣更衣

ウエストに指を掛ける

臀部へ移動

着座+下す



本当にこの方法は簡単なのか？

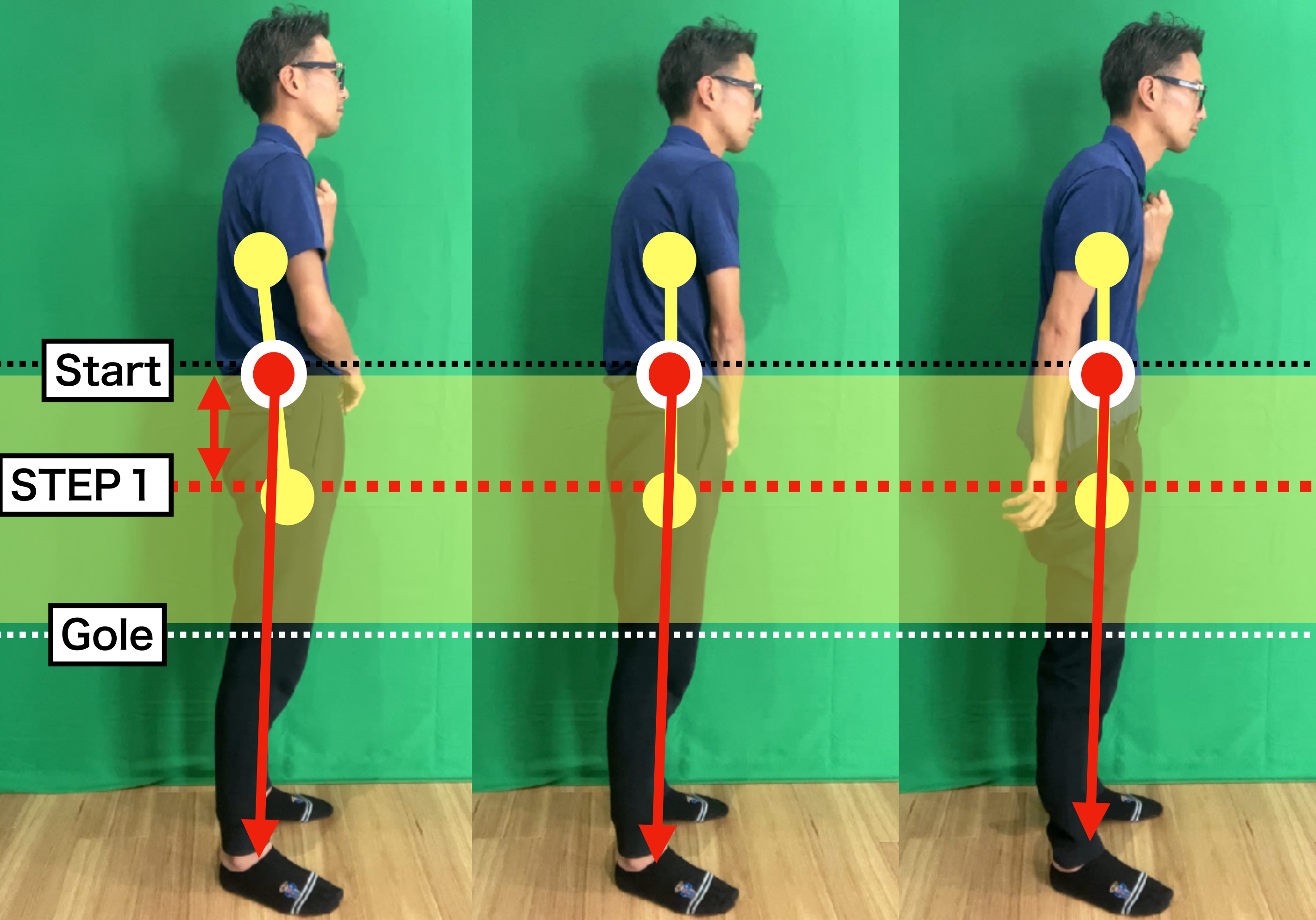
下衣更衣のStep 1

ウエストに指を掛ける

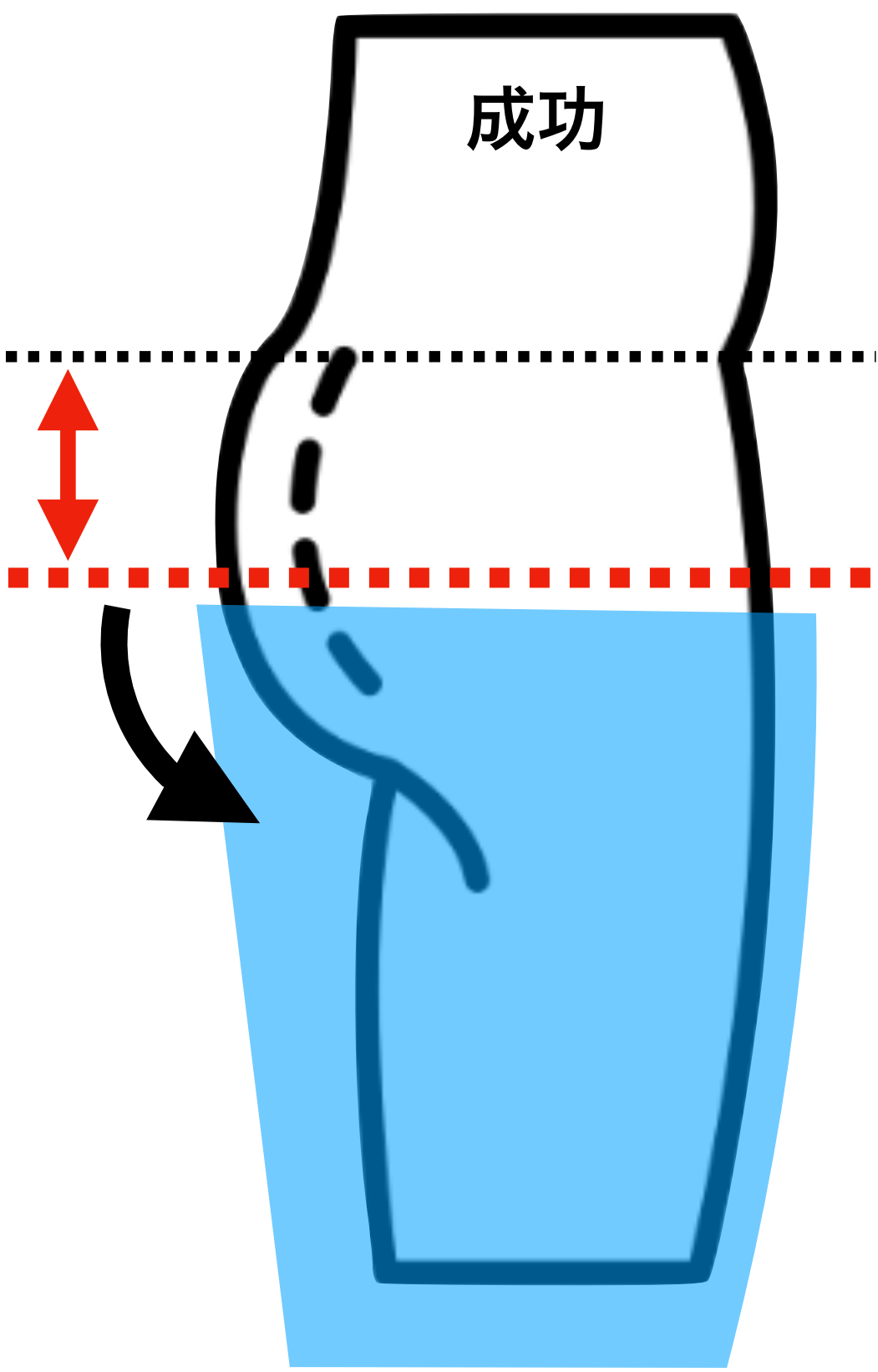
非麻痺側を下ろす①

麻痺側を下ろす①

STEP 1



お尻のトップより下に
下ろすことができるか



ウエストに指を掛ける

非麻痺側を下ろす①

麻痺側を下ろす①



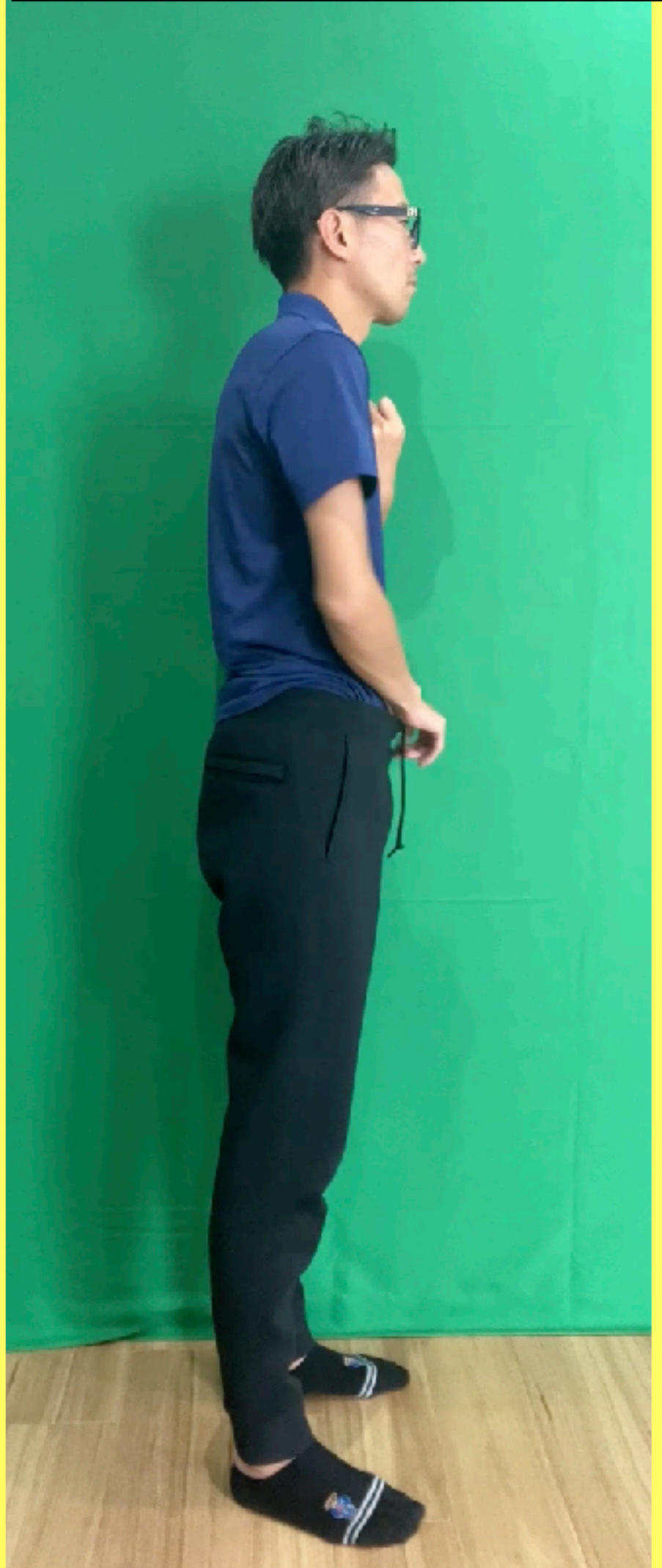
立位が保持できれば
片手上肢操作だけで
可能！！

重心の上下運動一

重心の前後運動一

山本の勧める下衣更衣

ウエストに指を掛ける



臀部へ移動



着座+下す



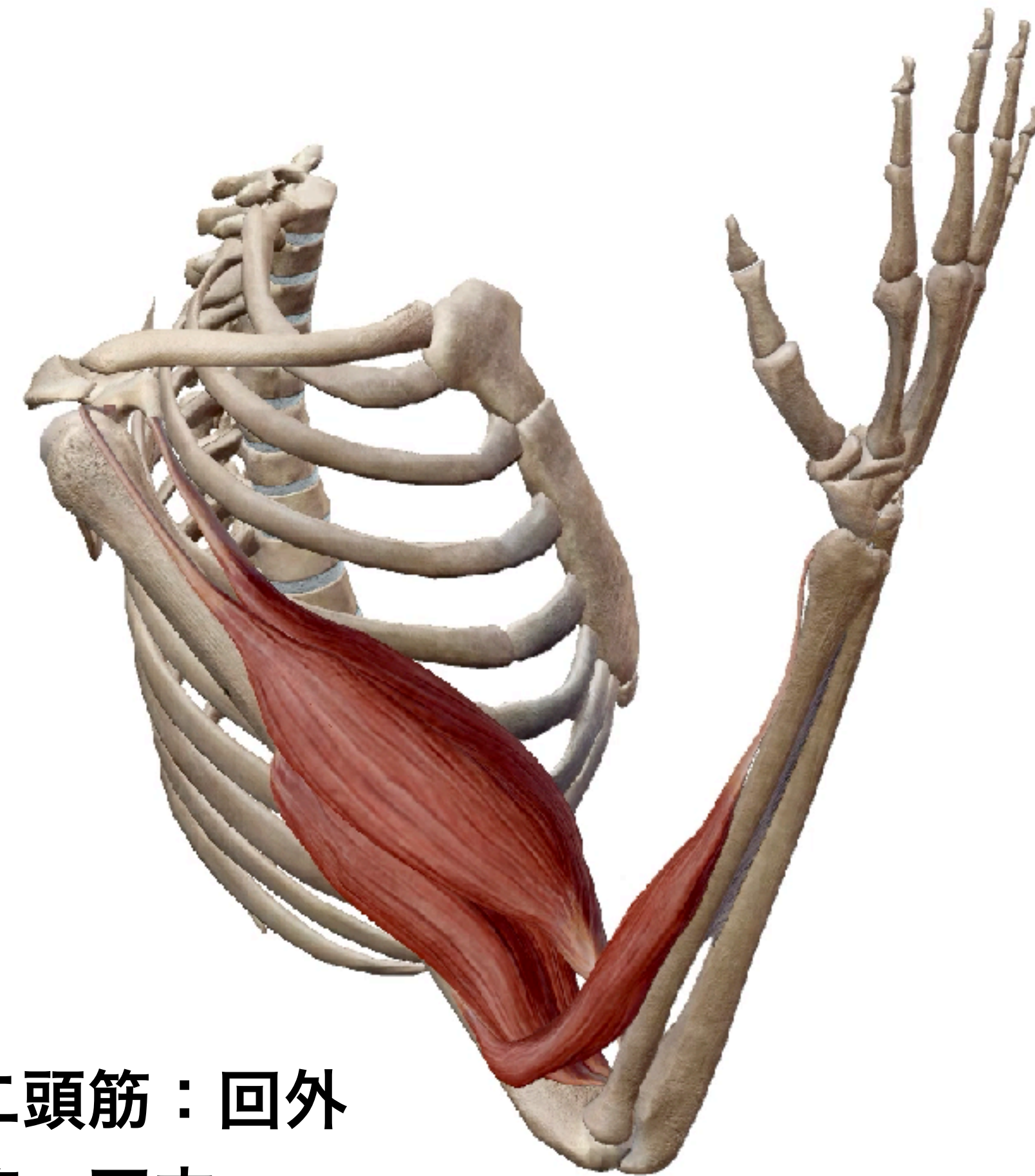
ウエストに手を掛ける



ウエストに手を掛ける



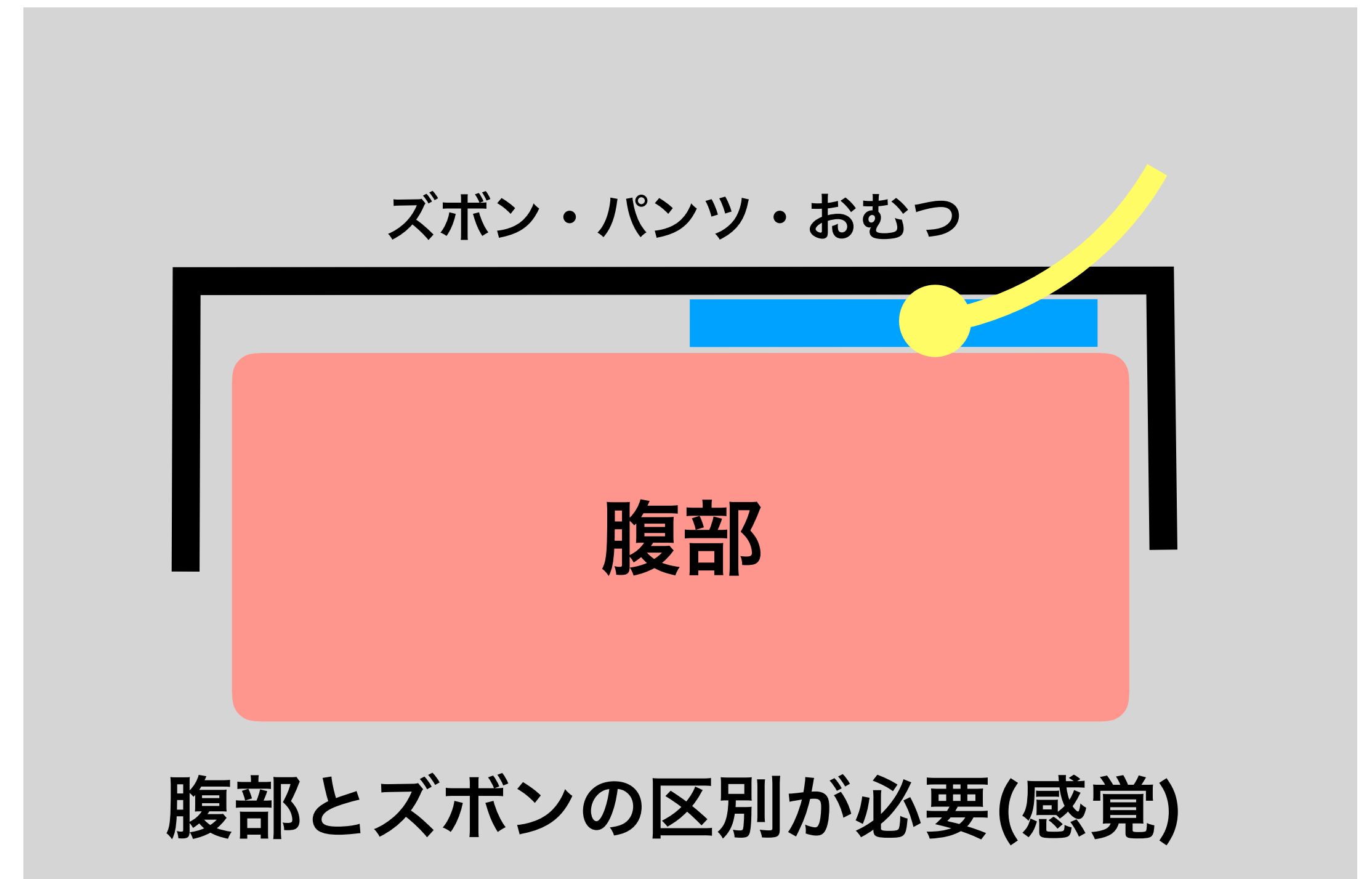
ウエストに手を掛ける



上腕二頭筋：回外
上腕筋：回内
腕橈骨筋：回内

肘屈曲を上腕二頭筋で代償していると
回内運動ができなくなってしまう

ウエストに手を掛ける



山本の勧める下衣更衣

ウエストに指を掛ける



臀部へ移動



着座+下す



臀部への移動

臀部移動への目的とは？

ズボンを下げる＋ズボンの抵抗を調節のためのズボンの把握

ウエスト部分の摩擦が＋＋＋



どれでもOK

手の位置はどこがベスト？

臀部へ移動



臀部への移動

臀部移動への目的とは？

ズボンを下げる＋ズボンの抵抗を調節のためのズボンの把握

ウエスト部分の摩擦が＋＋＋



手の位置はどこがベスト？

臀部へ移動



臀部への移動

臀部移動への目的とは？

ズボンを下げる＋ズボンの抵抗を調節のためのズボンの把握

ウエスト部分の摩擦が＋＋＋



手の位置はどこがベスト？

臀部へ移動



山本の勧める下衣更衣

ウエストに指を掛ける



臀部へ移動



着座+下す



下衣を下るす

着座+下す



上肢の役割は

保持



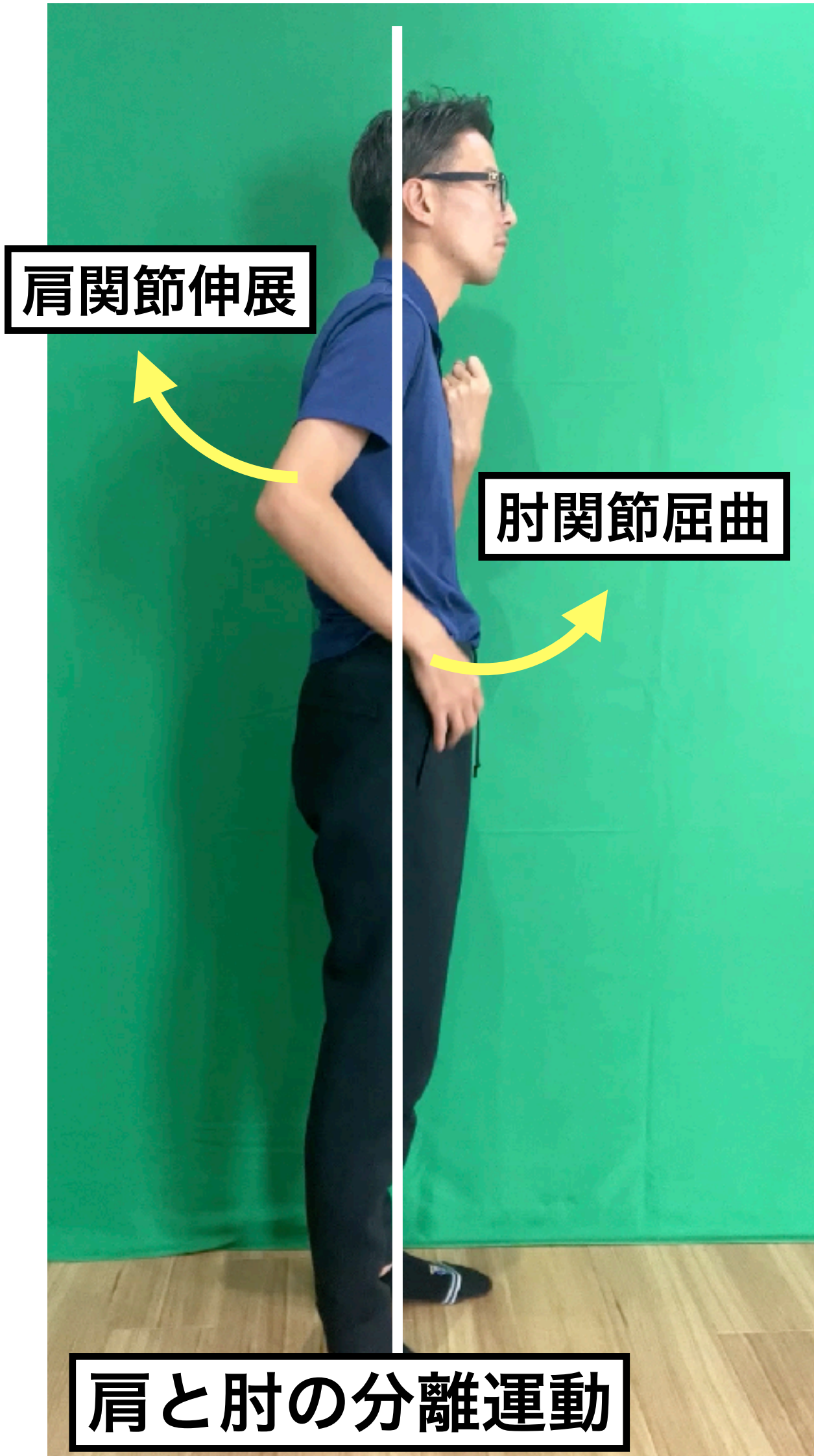
下肢の屈曲で
下衣は下るす

1番のポイントは？



1 番のポイントは？

何かの動きに似ていませんか？



どんな練習から始めれば

問題点は→手指が使えるか？使えないか？ 上肢より手指の回復が難しい

手指が使えなくても上肢で下衣を下ろす練習方法

どんな練習から始めれば

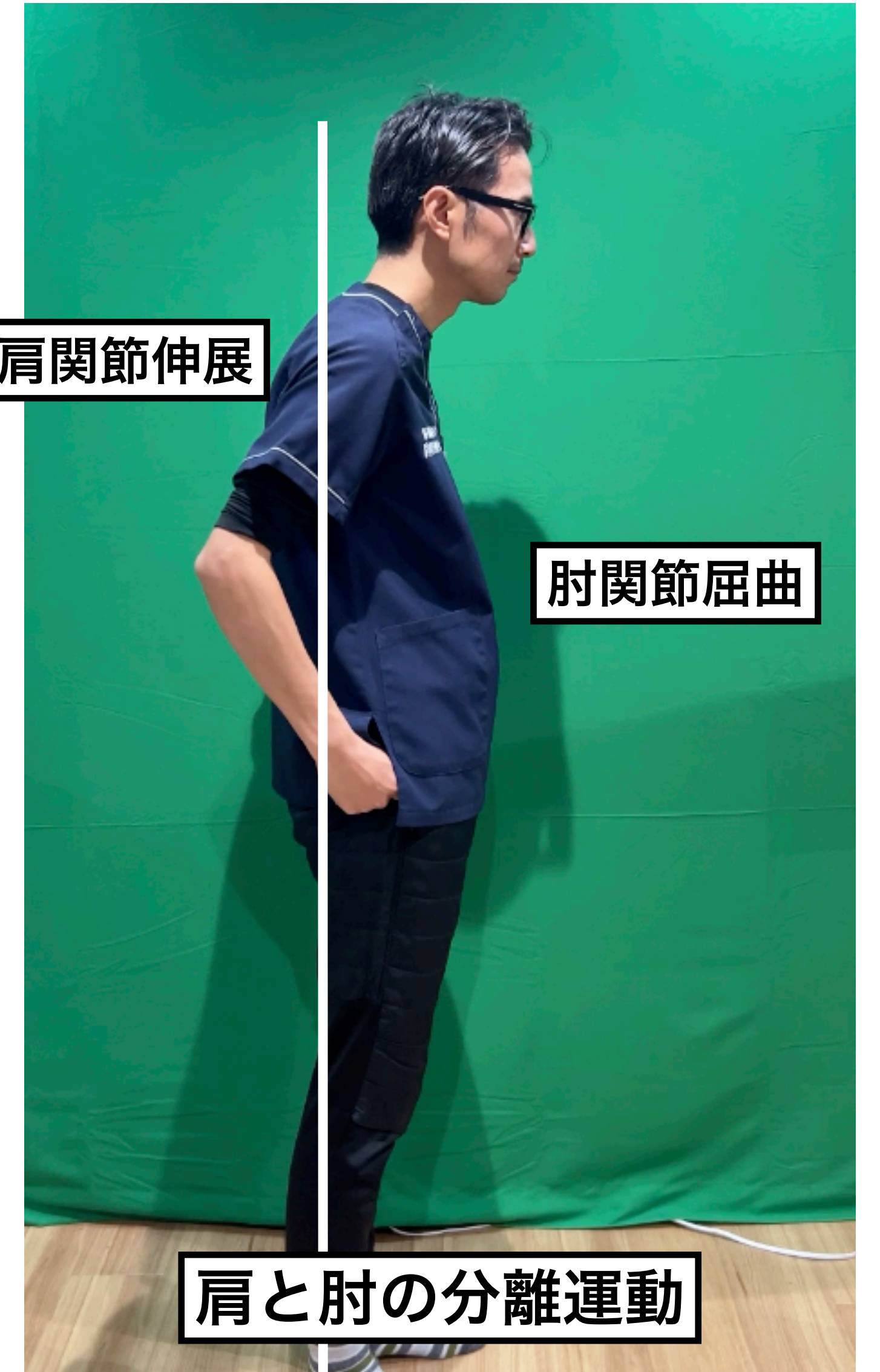
問題点は→手指が使えるか？使えないか？ 上肢より手指の回復が難しい

手指が使えなくても上肢で下衣を下ろす練習方法

ヒント



どんな練習から始めれば



どんな練習から始めれば

