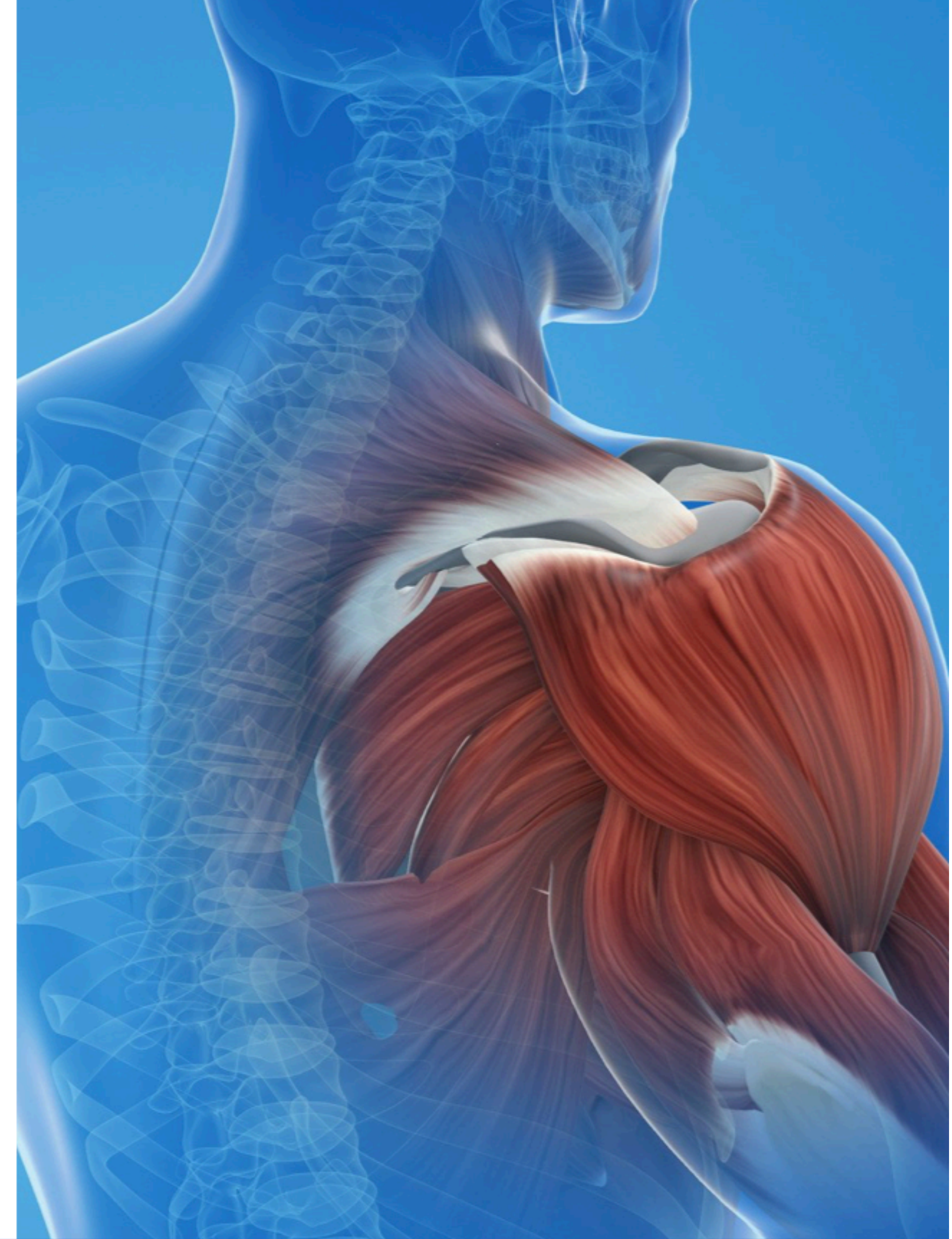


➤ **1時間でわかる脳卒中アプローチ**

# **ADLに使う上肢操作 肩の外転アプローチ**

---

- 1. 触れる意味とは**
  - 2. 評価とは？**
  - 3. アプローチとは？**
  - 4. 臨床場面での仮説検証作業**
- 



**講師：脳外臨床研究会 作業療法士 山本秀一郎**

# それって本当にリハビリ？

ROM制限がある患者様にストレッチを行う  
これはこれはリハビリ？

介助

他者を手伝い、サポートする行為。

身の回りの生活において支援が  
必要な人に対して提供されるサポート

伸びない筋肉を伸ばすサポート

リハビリ

体力や機能の回復、向上、維持  
を目的とするプロセス。

病気やけが、障害、または手術などによって  
生じた機能の低下や制約を克服するための活動

自分の伸ばすためのプロセス

# 触る必要は何か？

社会的・精神的・身体的に  
再び適した状態に改善するため

触る目的は、本人が問題を克服するためのプロセス・活動  
このための『きっかけ』にならないといけない！！

# 触る必要は何か？

感覚

触る

触る目的は、本人が問題を克服するためのプロセス・活動  
このための『きっかけ』にならないといけない！！

# 触る必要は何か？

感覚

知覚化

触られることで

触る



意識を  
変える

触る目的は、本人が問題を克服するためのプロセス・活動  
このための『きっかけ』にならないといけない！！

# 触る必要は何か？

感覚

知覚化

解釈・認知

戦略・計画

触る

触られることで



意識を  
変える

意識する部分が  
変わること



考えが変わる

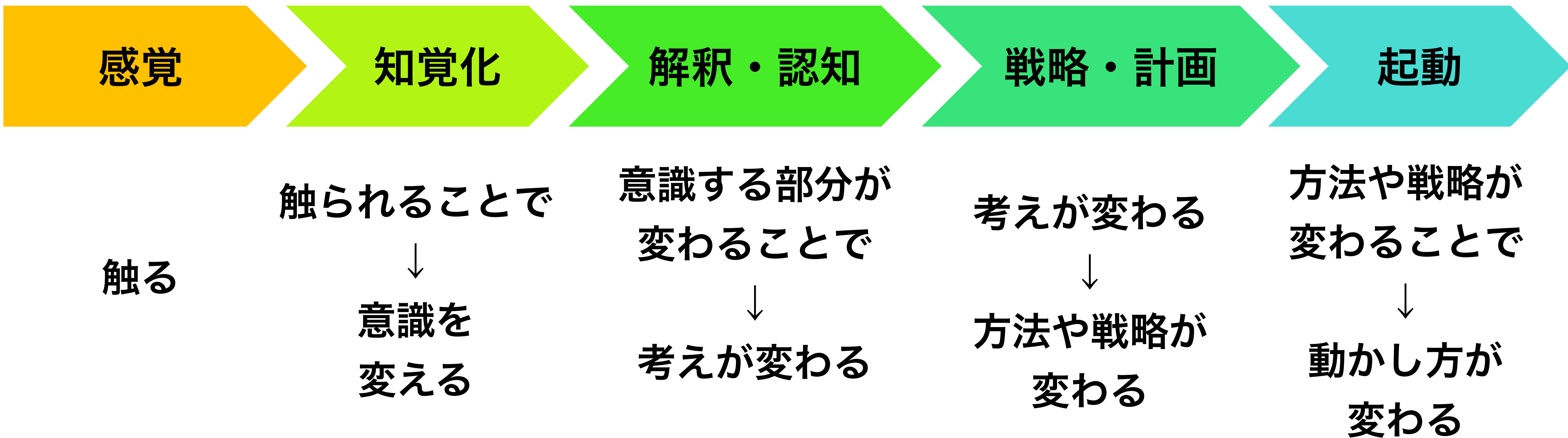
考えが変わる



方法や戦略が  
変わる

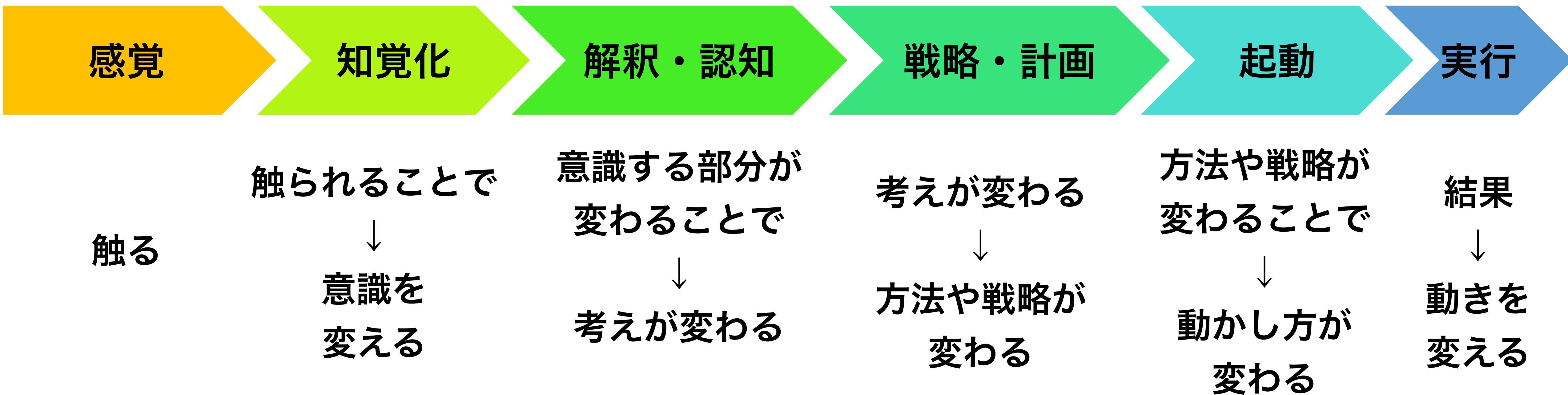
触る目的は、本人が問題を克服するためのプロセス・活動  
このための『きっかけ』にならないといけない！！

# 触る必要は何か？



触る目的は、本人が問題を克服するためのプロセス・活動  
このための『きっかけ』にならないといけない！！

# 触る必要は何か？

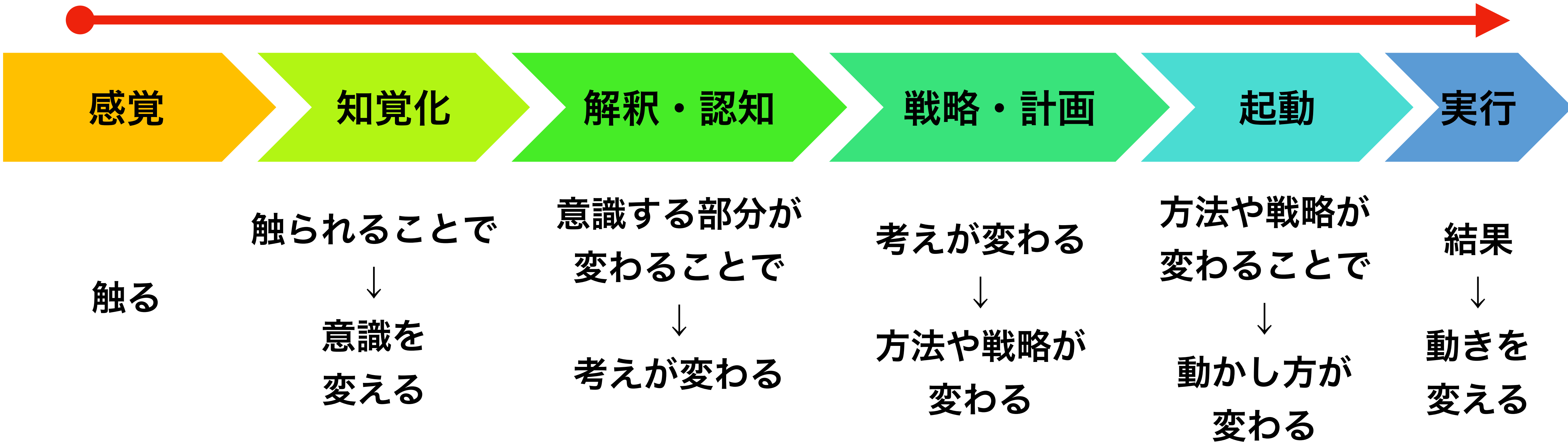


触る目的は、本人が問題を克服するためのプロセス・活動  
このための『きっかけ』にならないといけない！！



# 触る必要は何か？

<プロセス>



触る目的は、本人が問題を克服するためのプロセス・活動  
このための『きっかけ』にならないといけない！！

# 上肢の役割

物品操作



探索



支持



コミュニケーション



# リーチの役割とは？

## 上肢の挙上

目的：コミュニケーション

空間に上肢を  
あげること  
(到達目的がない状態)

形の模倣

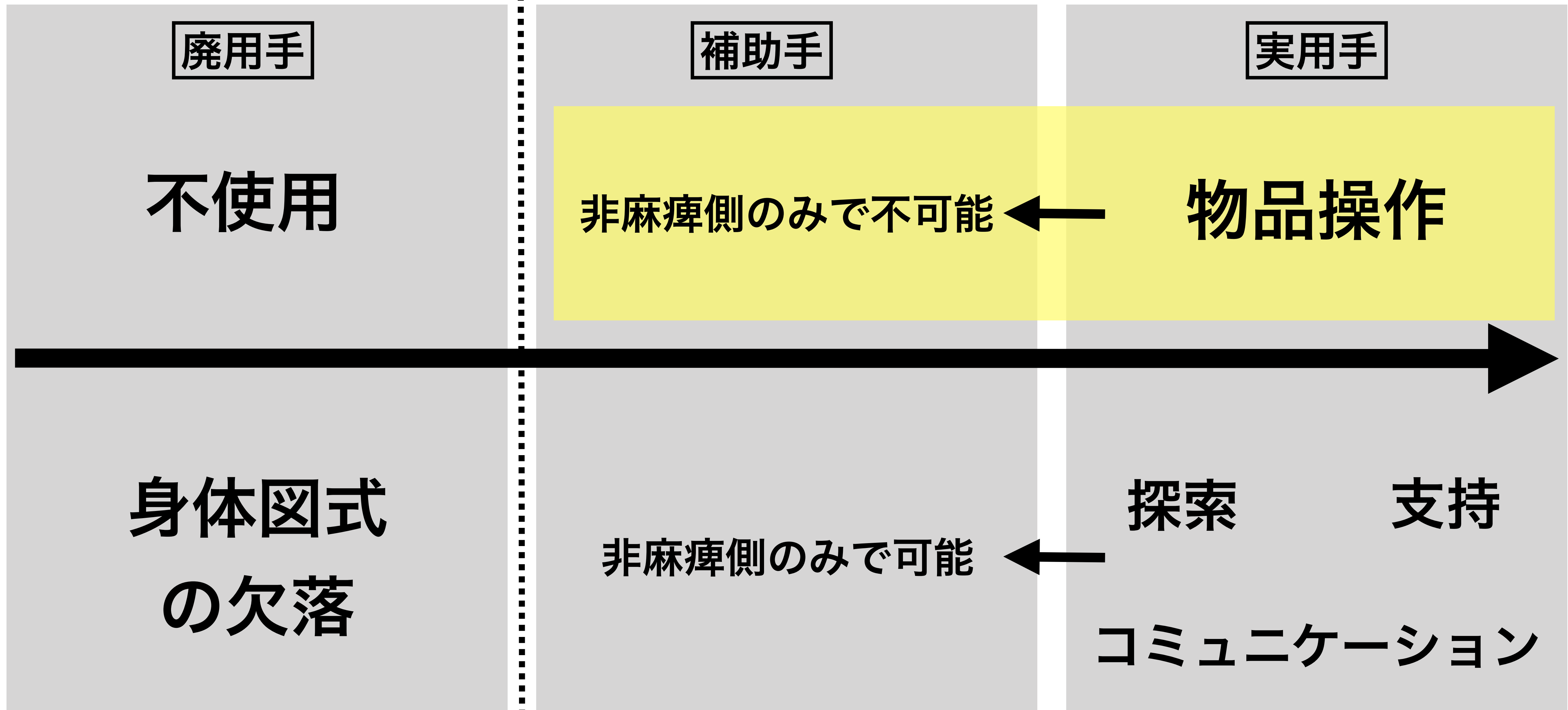
## リーチ

目的：到達活動

到達目標に対して  
手を伸ばす行為  
(形ではなく接触)

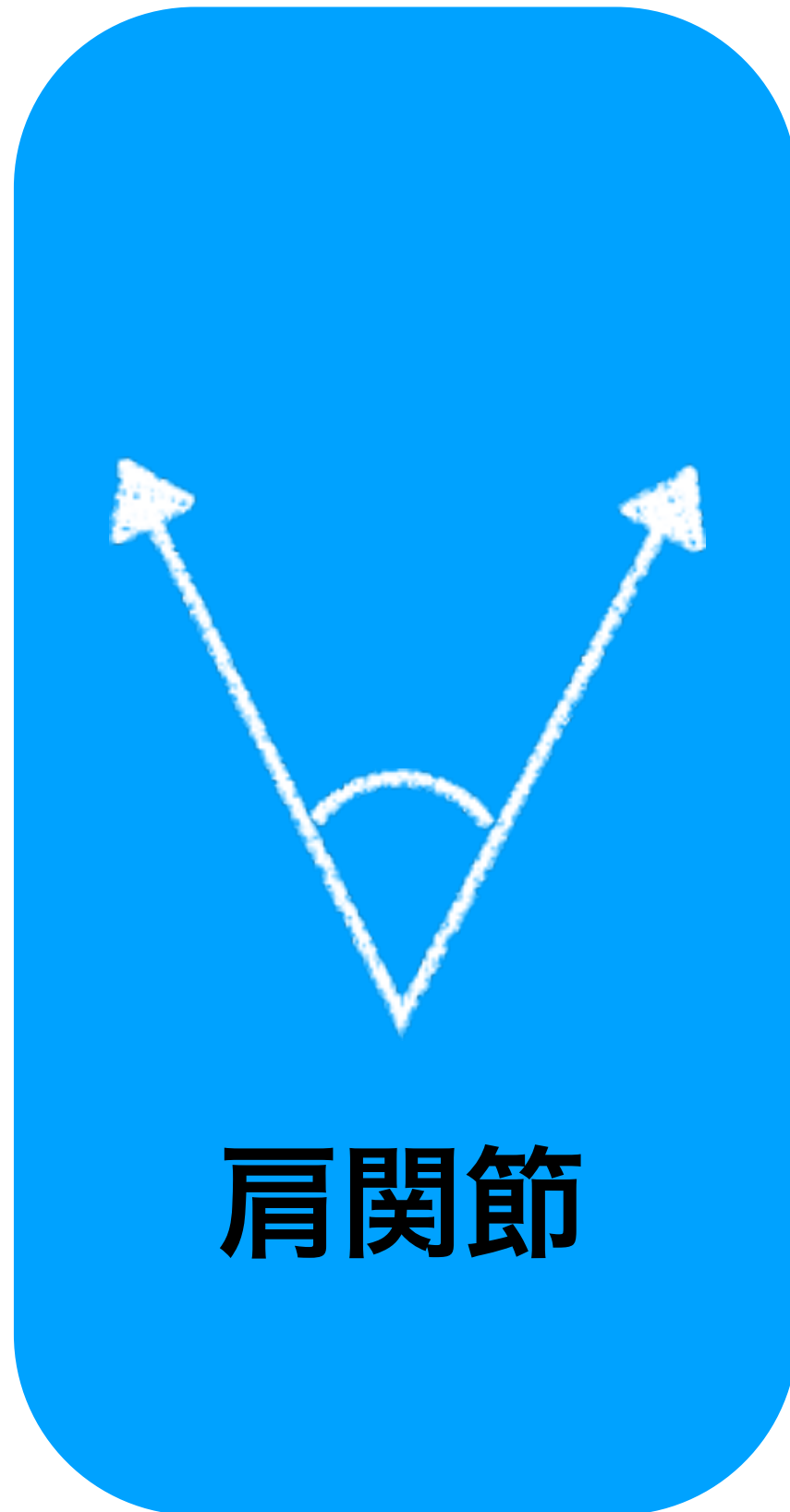
物への到達

# 廃用手・補助手・実用手の違い



# 物への到達に必要なものは？

方向/重さ



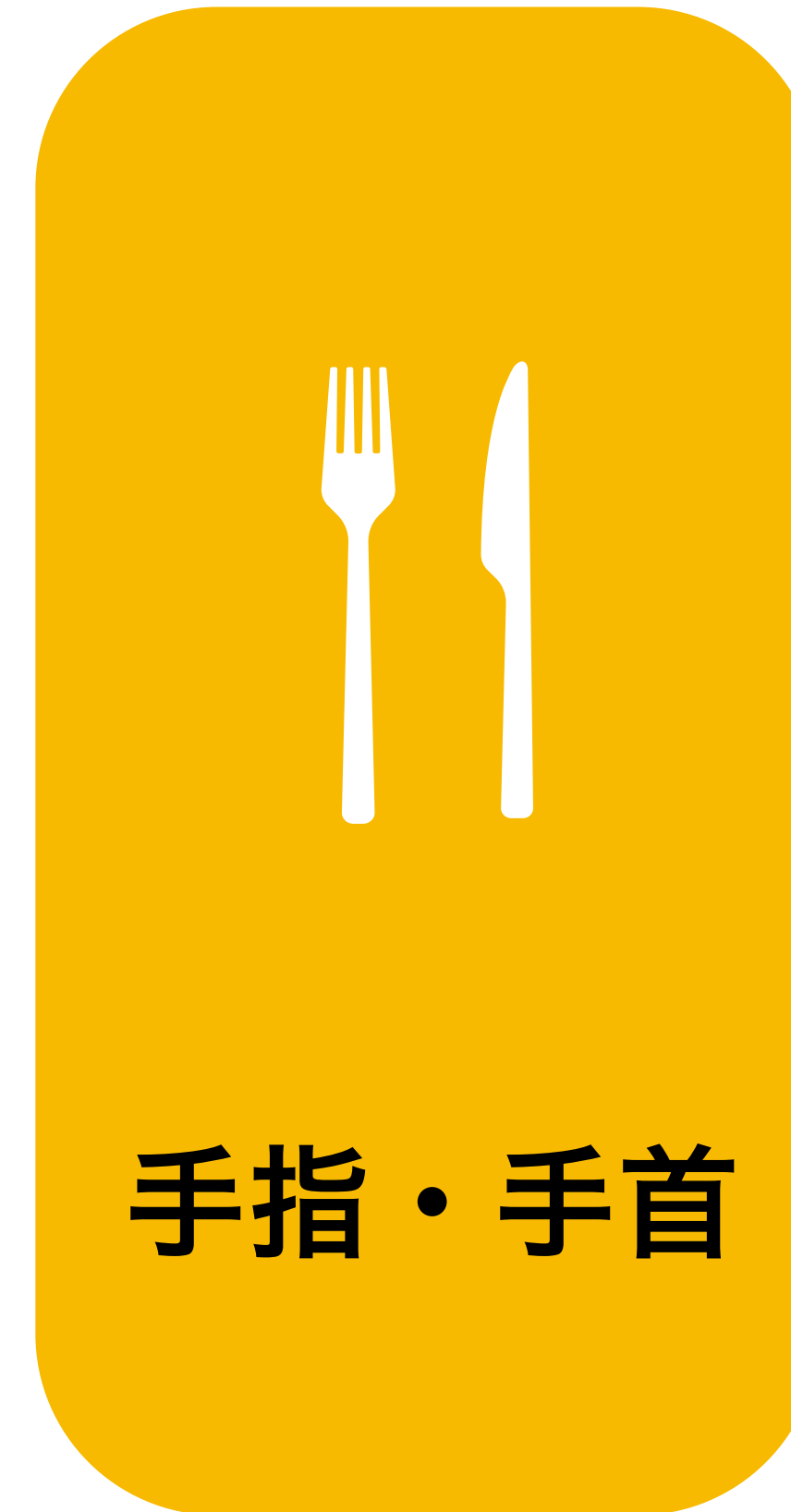
距離



傾き



操作



# 上腕骨につく筋

筋肉	起始部
<a href="#">上腕三頭筋 外側頭</a>	上腕骨後面（橈骨神経溝より外側）
<a href="#">上腕三頭筋 内側頭</a>	上腕骨後面（橈骨神経溝より内側）
<a href="#">上腕筋</a>	上腕骨前面の下半分および筋間中隔
<a href="#">腕橈骨筋</a>	外側顆上稜、外側筋間中隔
<a href="#">肘筋</a>	外側上顆のやや後面、外側側副靭帯
<a href="#">円回内筋上 腕頭</a>	内側上顆・内側上腕筋間中隔
<a href="#">回外筋</a>	外側上顆、尺骨の回外筋稜、外側側副靭帯、橈骨輪状靭帯
<a href="#">橈側手根屈 筋</a>	内側上顆（共通屈筋起始部）
<a href="#">長掌筋</a>	内側上顆（共通屈筋起始部）
<a href="#">尺側手根伸 筋上腕頭</a>	外側上顆
<a href="#">長橈側手根 伸筋</a>	外側上顆および外側上顆にいたるまでの外側筋間中隔
<a href="#">短橈側手根 伸筋</a>	外側上顆、外側側副靭帯、橈骨輪状靭帯
<a href="#">浅指屈筋上 腕尺骨頭</a>	内側上顆
<a href="#">総指伸筋</a>	外側上顆、外側側副靭帯、橈骨輪状靭帯、前腕筋膜
<a href="#">小指伸筋</a>	外側上顆

筋肉	停止部
<a href="#">三角筋</a>	三角筋粗面
<a href="#">大胸筋</a>	大結節稜
<a href="#">広背筋</a>	小結節稜
<a href="#">大円筋</a>	小結節稜
<a href="#">小円筋</a>	大結節下部、肩関節包
<a href="#">棘上筋</a>	大結節上部、肩関節包
<a href="#">棘下筋</a>	大結節中部、肩関節包
<a href="#">烏口腕筋</a>	上腕骨の内側中央
<a href="#">肩甲下筋</a>	小結節・小結節稜の上部

# 起始に停止が近づく

筋肉	停止部
<a href="#">三角筋</a>	三角筋粗面
<a href="#">大胸筋</a>	大結節稜
<a href="#">広背筋</a>	小結節稜
<a href="#">大円筋</a>	小結節稜
<a href="#">小円筋</a>	大結節下部、肩関節包
<a href="#">棘上筋</a>	大結節上部、肩関節包
<a href="#">棘下筋</a>	大結節中部、肩関節包
<a href="#">烏口腕筋</a>	上腕骨の内側中央
<a href="#">肩甲下筋</a>	小結節・小結節稜の上部

# 起始に停止が近づく

## 屈曲

三角筋  
大胸筋

烏口腕筋

## 伸展

三角筋  
広背筋  
大円筋

## 内転

大胸筋  
広背筋  
大円筋  
烏口腕筋  
肩甲下筋

## 外転

三角筋  
棘上筋

## 内旋

広背筋  
大円筋  
肩甲下筋

## 外旋

小円筋  
棘下筋



# 起始に停止が近づく

## 屈曲

三角筋  
大胸筋

烏口腕筋

## 伸展

三角筋  
広背筋  
大円筋

## 内転

大胸筋  
広背筋  
大円筋  
烏口腕筋  
肩甲下筋

## 外転

三角筋  
棘上筋

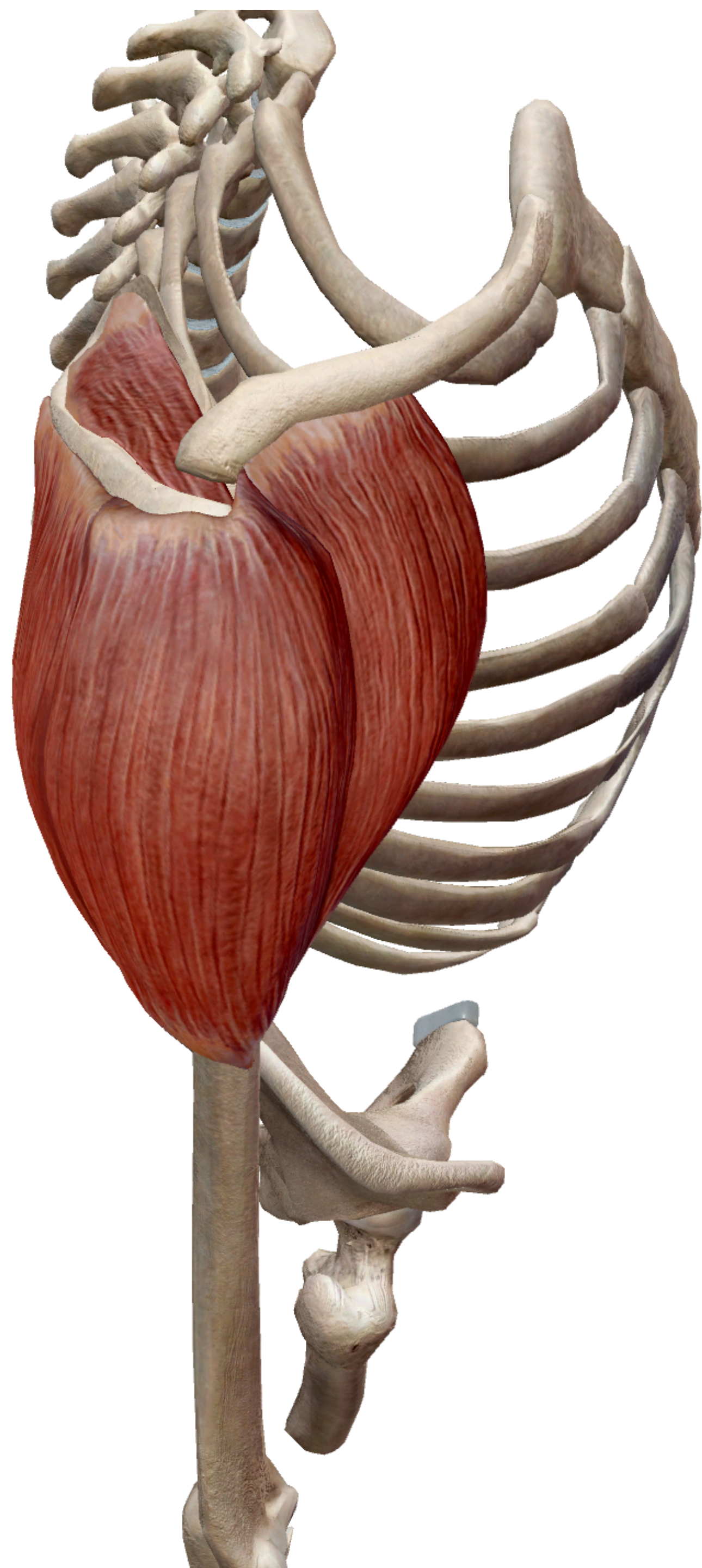
## 内旋

広背筋  
大円筋  
肩甲下筋

## 外旋

小円筋  
棘下筋

# 肩関節 外転



## 棘上筋（きょくじょうきん）の起始と停止

起始	肩甲骨棘上窩の内側2/3
停止	上腕骨大結節の上端

## 三角筋（さんかくきん）の起始と停止

起始	前部：鎖骨の外側1/3 中部：肩峰 後部：肩甲棘
停止	上腕骨中部外側の三角筋粗面