

個別リハビリテーション相談・治療・指導 : 作業療法士 大塚 進

① 頸髄損傷 C6 45歳男性

11年前に自動車事故で受傷。現在 疼痛等はなく起居動作・移乗も自力で可能であり、リハビリ指導を希望。移乗方法を確認すると、ベッドに倒れ込んで移る方法であったため、安全な方法を指導。また自主トレーニングを毎日行っているとのことのお話があり、その内容についてアドバイスを行った。

上肢筋力左右差あり(右>左) 右側への依存あり・体幹アライメント非対称。過去に右肩に疼痛生じたエピソードあるため、自主トレーニングで左上肢の筋力向上・左右アライメント・バランスの改善を目的とした運動「端座位で左上肢挙上10~20回1セットを1日3回」などを指導した。また、ご家族から浴室入口に段差(19cm)があり、出入りが大変との相談あり。今後スロープの設置を検討していく。



② 頸髄損傷 C5 43歳男性

9年前に自動車事故で受傷。電動車椅子・リフト・電動ベッド所持し使用中。ご家族の介助力もあり。現在バリアフリーカウンセラーを目指している。ボッチャ大会に参加された際に、自力でボールを投げられるように補装具を何とかしたいと希望されていた。

困っていることは、肩・頸部のコリと脇下の疼痛ということで、リラクゼーション・ストレッチ・関節可動域訓練を実施し、ご家族もできるよう息子さんに教え、指導した。また、自作の手関節装具とカフがあったため、食事で使えるように、スプーンの角度を調整・使い方を指導した。

情報提供として、手関節固定装具(角度調整可能)を使用すれば食事・ボッチャを自力で行えることを説明。また元エンジニアで自作の上肢トレーニング機器があるが、現在取り付けていた車椅子が故障したため使用できないとのこと。ポータブルスプリングバルンサーを紹介し、日本から2週間デモ機を借りられるので、次回イランに来る際に持参できたら、それを参考に自分で設計して製造を仲間をお願いするのはどうかと提案した。

持ち前のバイタリティーとエンジニアの能力が発揮できるよう支援して行きたい。



③ 左片麻痺、骨盤骨折の既往 79歳女性

40代で脳腫瘍術後の硬膜下血腫により左片麻痺となる。関節可動域訓練・立ち上がり・歩行訓練を実施。立ち上がり訓練では、徐々に慣れるように足底・両下肢・前方に荷重をかける練習から行った。また、日中は座位姿勢で過ごす時間が長いということで、良肢位が保てる座位をご家族・介助者に指導した。また、移乗・立位の介助方法とその意味の説明を行った。具体的には、立位・移乗の際に左下肢に荷重すること、歩行介助方法を指導した。



④ 頸髄症、先天性の右眼外転神経麻痺と左手指欠損 36歳男性

首から後頭部にかけての痛みがあり、臥床時も痛み生じている。長時間デスクワークをしていると右手指が動かし辛くなるので困っているとのこと。

首・肩の痛みを軽減するストレッチを実施し、自分で行えるストレッチ・運動を指導した。また首に負担をかけない姿勢を指導した。自動車運転中は首ベルトを使用するように医師から指示があったが、不自由なため使用していないとの話あった為、運転中の首への負担について説明しベルトを使用するよう指導した。