

ぜひ、実際に使ってみてSRソフトビジョンの良さをご体感ください。

SRソフトビジョン 無料体験のご案内



素材感を
知りたい

本当に
簡単に
使えるの？

うちの
パソコンにも
接続できる？

●選べる2つの無料体験

分布版2・数値版・無線版・半身版・全身版すべてのラインナップに対応!

デモ機 + ご説明

どの製品が最適か相談の上
デモ機を持って訪問し、機能・
使い方の説明をさせていただきます。

デモ機 2weeks貸出

お電話で、ご希望の製品と
利用環境をお伺いした後、
デモ機をお届けしています。
2週間、無料で試用していただ
くことができます。

●お申し込みはTELまたはFAXで

フコク物産株式会社 特販営業部

TEL.03-3765-3228 FAX.03-3766-5019

※E-mailでのお申し込み・ご相談も受け付けております。kikaku@fukoku-bussan.jp

SRソフトビジョンについて、さらに詳しくご覧いただくには
【SRソフトビジョン】ホームページへアクセス

製品の特長や仕様、使い方などを詳しくご紹介。
無料体験に関するお問合せもホームページで。

SRソフトビジョン

検索

<https://www.sumitomoriko.co.jp/product/health/srsv/>



※住友理工製品及び関連資料等に記載されている会社名及び製品名は、各社の商標、または登録商標です。

お買い求め
ご相談は **フコク物産株式会社**
〒143-8531 東京都大田区大森西2丁目32番7号
特販営業部 Tel:03-3765-3228
<http://www.fukoku-jp.net/srsoftvision/>

製造元 **住友理工株式会社**

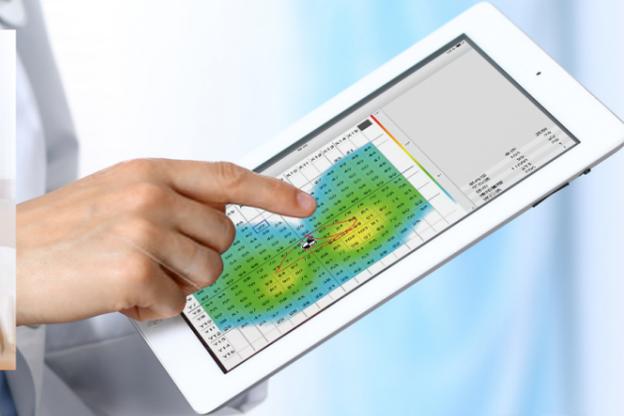
健康介護事業室 Tel:0568-77-2975
<http://www.sumitomoriko.co.jp/product/health/products.html>

この冊子に記載している内容は予告なく変更される場合があります。
2019/3 ver.01

適切な

ポジショニングのために

見える化ツールを活用してみました



MEDICAL REPORT

体圧の見える化で、
適切なポジショニングの文化が広がる

一般社団法人
ナチュラルハートフルケアネットワーク

代表理事 **下元 佳子**



POSITIONING COURSE

姿勢援助を実践する前に知っておきたいこと
臥位姿勢のチェックポイント

ベッド上のポジショニングの基礎
ベッド上のポジショニング 側臥位
頭側挙上

座位姿勢のチェックポイント

シーティングアセスメント 身体の状態と圧の関係性
リクライニングとティルト機能

体圧の見える化で、 適切なポジショニングの 文化が広がる



一般社団法人
ナチュラルハートフルケアネットワーク

代表理事 下元 佳子



クッションを入れることがポジショニングではない

ポジショニングの目的は、日常生活を安全かつ快適に過ごせるよう姿勢を整えることです。具体的には日常生活の動作である、「呼吸する」「食べる」「寝る」など安全かつ快適に過ごせるよう安定した姿勢を作るということです。

しかし、よくある誤解は、マットレスや車椅子と体の間にできる隙間に、単にクッションを入れれば姿勢が安定する、という発想です。やみくもにクッションを入れて隙間を埋めても、体圧を分散することはできません。そうではなく、重さを受ける場所にクッションを入れ、広い面積で体を支えるという考え方が重要なのです。そうすることで、安定した姿勢が作られるとともに、患者様の笑顔につなげることができます。

ポジショニングやシーティングを行うとき、私たちは、体のどの部位で体重を支えるようにすべきでしょうか。まずその基本を関係者全員で理解しておくことが重要です。例えば、仰臥位で臀部にかかる圧を取り除く目的で、膝関節の下にクッションを入れるケースを見かけます。関節は重さを支える部位ではなく、体を動かすための部位であり、重さを支えるのは太ももとふくらはぎです。そのため太ももとふくらはぎの下にクッションを丁寧に入れ、体圧をしっかりクッションに乗せてあげることが必要です。

このように、重さを受ける場所を理解し、適切な方法で体圧を分散させ、姿勢を整えることがポジショニングのファーストステップです。

見えないものを把握・説明するのは難しい

しかし、どのようにクッションを入れれば圧を分散させることができ、患者様にとって快適な姿勢になるのか。そもそも、いまの患者様の姿勢がどのような状態なのか。それを把握、説明するのは非常に難しいのです。

これまでは、体の下に手を入れて体圧を確認するのが一般的でした。ですが、この方法だと、スタッフの感覚や経験の違いによって差が生じ、スタッフの個々の手の厚みによっても姿勢が変わってしまうことがあります。また、目に見えない体圧を言葉で伝えるのにも限界があるため、関係者全員で患者様にとっての最適なポジショニング、シーティングを共有することは、本当に難しいのが現状です。

これらの課題を解決する1つの方法が、体圧の「見える化」です。ソフトビジョンなどの体圧測定機器を使い、圧を可視化できると、どこに問題があるのか、何ができていないのか、その現状を把握でき、どう対策すればよいかをスタッフに説明できます。イメージしにくいものがイメージできるので、ポジショニングに慣れていないスタッフ間で情報共有するときには、特に効果的です。

体圧の「見える化」で新しい発見と理解が進む

体圧を見える化することで、いままで気づかなかった多くの発見ができるようになります。側臥位を例に挙げてご説明しますと、後方30度に姿勢が傾いた方の背面にクッションを入れた場合、少し腕を前に出すだけで、胸郭がクッションから離れ、肩に体重が流れてしまいます。これが褥瘡の原因に。こうしたことが、体圧測定機器を使いながらポジショニングすることで、一目瞭然になります。

これらの体圧データを含んだ情報を、一つの施設でなく、他施設と共有することも重要です。患者様が病院から施設や在宅に移行する際、「このクッションを使っています」と伝えるだけではなく、「こういう理由でこのクッションを使っています。また、こういうシーティングをすれば圧がこれだけ変化します」といった情報も共有することで、施設と施設の連携が促されますし、受け入れ側も体制を整えられます。

体圧を見える化することで、ご家族の理解も深まります。以前、こんなケースがありました。今の状態では圧分散が不十分だと思われる患者様に、新しい福祉用具の導入をご提案すべきと考えていたとき、実際に体圧測定機器を使って圧を計ってみました。すると、想像以上に圧が高いことが判明。それを患者様のご家族にお見せすると、直ちに新しいポジショニングピローを購入してくださったことがありました。

「ポジショニング文化」を広めたい

圧の見える化はこんなに有用性が高いのに、実際の現場では、まだまだ見える化が進んでいないばかりか、ポジショニングの基礎もいまだに確立されていません。私は、体圧の見える化ツールを使い、最低限の知識を標準化する必要があると痛感しています。見える化ツールが現場に浸透することにより、自分のケアが患者様にとって正しいかどうか目で見てすぐに確認できますし、画面を見ながら「赤や黄色をできるだけなくし、青になるまでポジショニングをやってみましょう」という目標を立てて取り組むことができます。このような経験や教育を受けた人材が現場に増えれば、長年現場で働くスタッフの意識も変わり、より患者様の笑顔につなげられるのではないのでしょうか。

介護商品の業界にも同じことが言えます。現在、ポジショニングに関するさまざまな優れた関連商品が販売されています。ただ、種類が非常に膨大で、どれを使えばよいのか現場では選択が難しい場合があります。メーカーの方々には、体圧測定機器なども活用し、商品の基本的な機能だけでなく、現場での使い方や最も効果が期待できる患者様の例なども含め、現場に伝えていただけるとうれしいですね。

ヨーロッパの福祉用具メーカー担当者からは、「自分たちは商品を買っているのではない。文化を売っている」という台詞を聞きます。見える化によって、商品はもとより、早く確実に効果を出せるポジショニングの文化が広まればいいな、と思っています。



姿勢援助を実践する前に
知っておきたいこと

3

臥位姿勢のチェックポイント

4

ベッド上のポジショニングの基礎

5

ベッド上のポジショニング 側臥位

6

ベッド上のポジショニング 頭側挙上

7

座位姿勢のチェックポイント

8

シーティングアセスメント
身体の状態と圧の関係性

9

リクライニングとティルト機能

10

姿勢援助を実践する前に 知っておきたいこと

姿勢援助「ポジショニング(シーティングも含む)」を、ここでは、活動に合わせた快適な姿勢をとる、提供することと考えます。圧が分散して痛みのない(局所に圧の集中していない)、快適で安心できる姿勢作りを考えてみましょう。

①動きを助ける姿勢援助の必要性

支えて動けるように姿勢をサポートする。頭部、体幹、手足の動き、呼吸の動き、消化の動き、循環・・・
生きるための動きの保障ができる姿勢援助を心がけます。隙間を埋めて固めるような姿勢は様々な動きを妨げ二次障害を発生させます。また関節に重さ(ストレス)がかかるような姿勢は動きを阻害して拘縮を助長します。

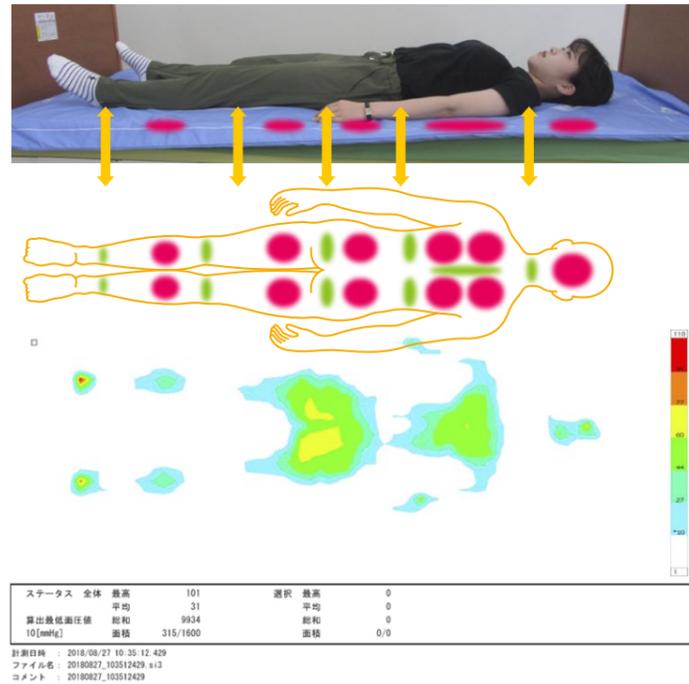
②目的とする姿勢を理解しましょう！

身体の仕組 臥位 重さを受ける場所と支える場所

- 支える場所の確認
後頭部、胸郭、臀部、大腿部(脚)、下腿部(足)で受ける。
- 胸郭4ブロック、臀部2ブロックにわけて観察する。

それぞれパーツで覚えるのではなく、それぞれの関係性を考える。どこかのパーツが傾くと他のパーツに影響を及ぼす。

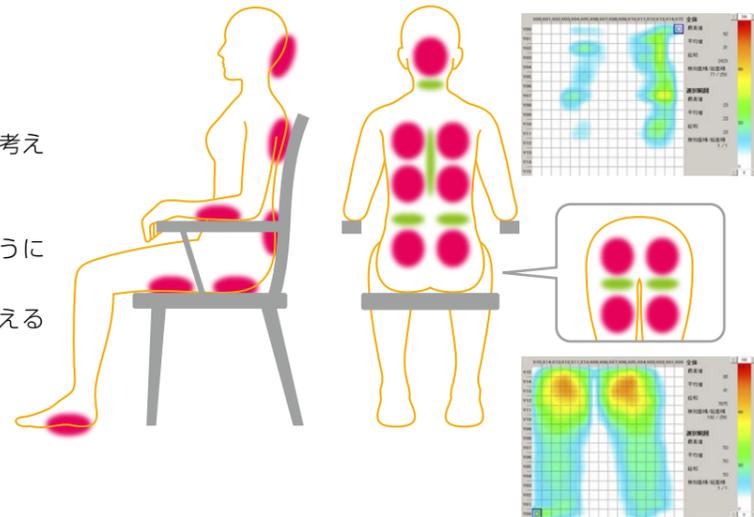
- 頭部・頸部と胸郭の関係
- 上肢と肩甲帯・胸郭の関係
- 脚と骨盤の関係
- 脚と足の関係



身体の仕組 座位 重さを受ける場所と支える場所

- 支える場所の確認
背中、腕、座面(臀部、大腿部)、足底で受ける。
- 座面は4ブロック、胸郭4ブロックにわけて考える。

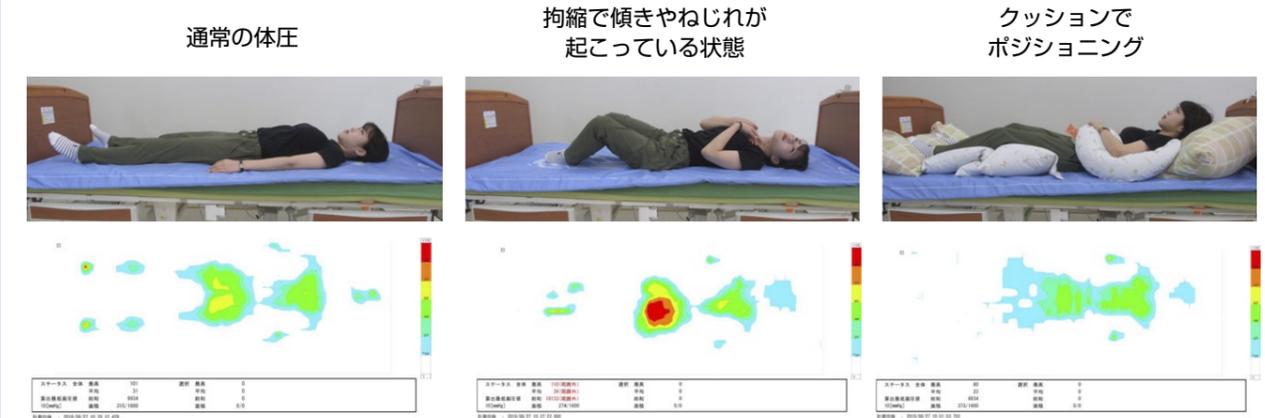
座面4ブロックで支え、骨盤が倒れないように後方から支える。
胸郭は背面下部で重さを受けると支えることで胸腹部がつぶれにくくなる。



臥位姿勢の チェックポイント

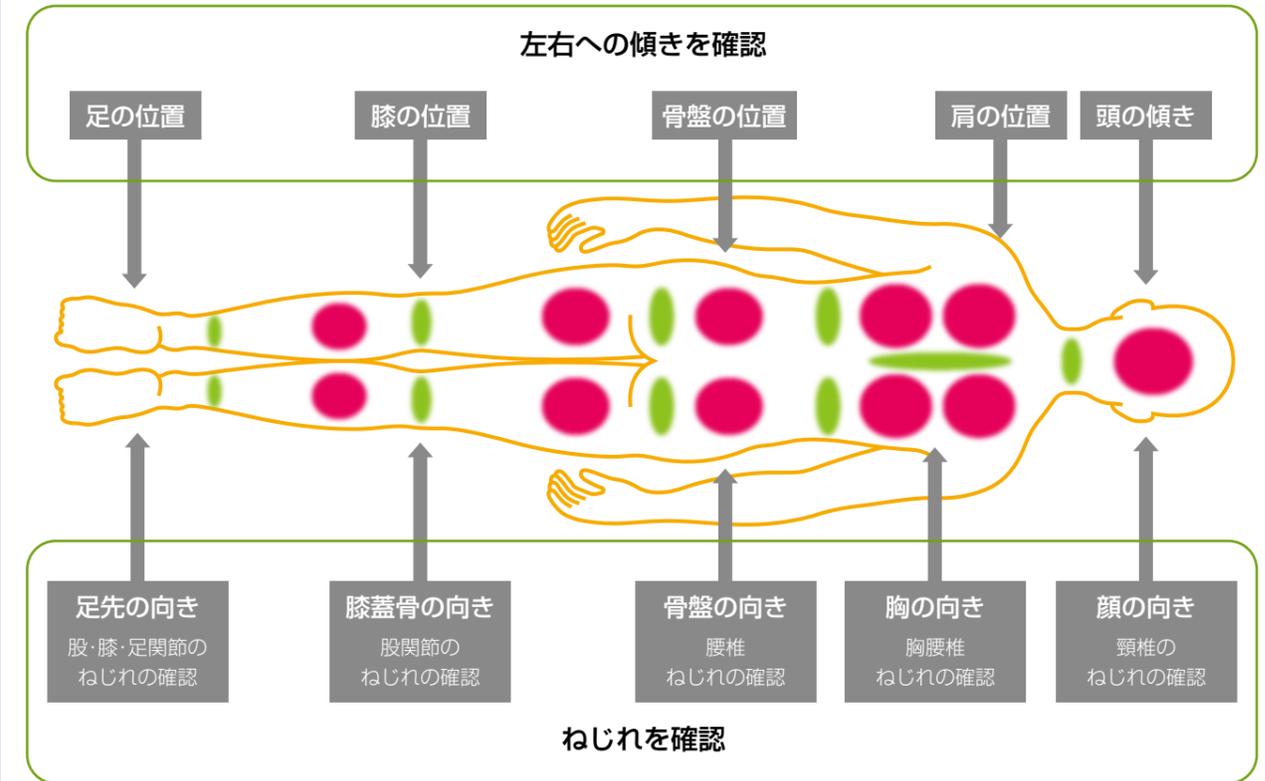
不良姿勢で放置をしない。快適な姿勢に整えることが大事です。

姿勢のゆがみ・傾き・ねじれは=圧の偏り



姿勢援助のためのチェックポイント！

真上から左右の傾きやねじれを確認します。
傾きやねじれは必ず圧の偏りを引き起こします。



重さを受けるべきところで支えることで安定した快適な姿勢が出来ます。
また、関節にストレスをかけない姿勢となるために、動きも容易になります。
手足や体幹の大きな動きだけでなく呼吸や循環、食べることや排泄までも助けてくれます。

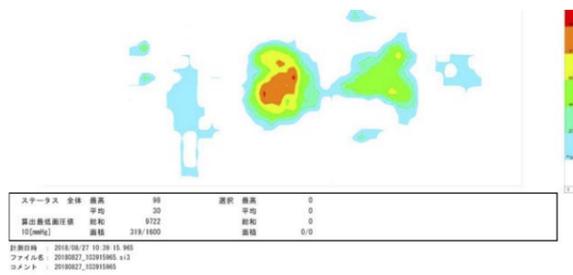
ベッド上の ポジショニングの基礎

ポジショニング

快適な姿勢づくりにおいては、重さを受けるべき場所で広く安定した支えが必要になります。そのためは、クッションで重さを支える場所を増やし、身体を預けられる場所を増やします。隙間を埋めることでは圧分散は実現できませんし、関節で支えることでストレスが生じ動きを悪くさせます。

間違ったポジショニング

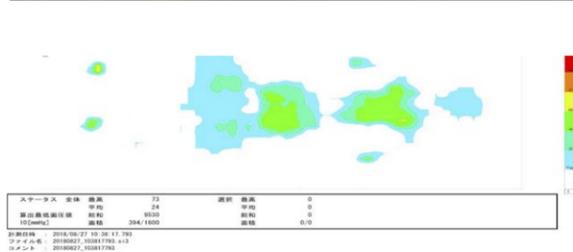
関節で支えても圧は分散しない。また関節は重さを受け続けるなどのストレスをかけ続けることで拘縮の悪化など、二次障害を引き起こしやすい。



快適なポジショニング

重さを受けるべき場所にクッションを入れて支える

クッションを隙間に押し込んだり、乱暴に身体を持ち上げてクッションを入れるのではなく、身体の下に隙間を作りクッションを丁寧に入れる。



ポジショニングのプロセス



圧を抜いて、支えるべきところに図のよう
にクッションを入れ支える場所を作る。



圧をかけながらクッションに重さをしっ
かり乗せる。この時に回旋を入れるように、
またゆっくり転がすように動かすことで関
節のストレスはとれ、動きやすくなる。



仙骨部の下にスライディンググローブの
手を入れ抹消である足先に向けて手を
動かす。

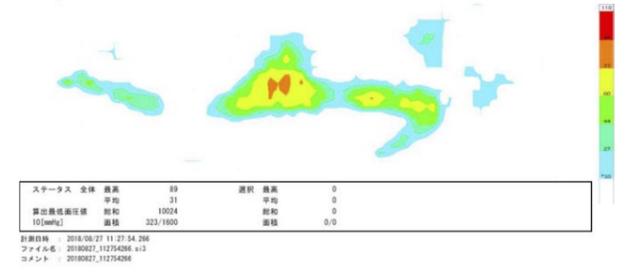
ポジショニング講座

ベッド上のポジショニング 側臥位

側臥位のポジショニングは、支える面積が少なく重力の影響を受けやすいので姿勢の作り方に気を付けなければなりません。頭の位置、下肢の位置それらが少し変わるだけで支える支持基底面が異なるので安定性に影響します。そして重さを受け安定性を出すためにクッションの使い方が重要となります。

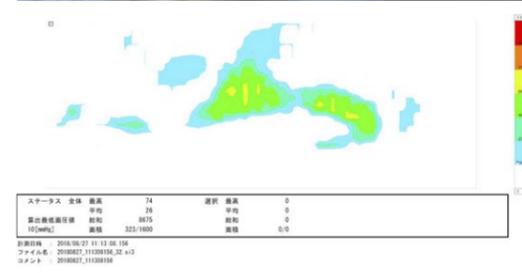
側臥位のポジショニング

圧を抜いてからクッションを使用する。体幹背面にクッションを入れ安定感を出す。上肢・下肢の重さの受け方で大転子や肩にかかる重さを調整する。下肢は左右の下肢を重ねないようにして上になる側の下肢を大腿部からしっかり支えることで大転子への負担が減少する。最後にまた圧を抜き整える。



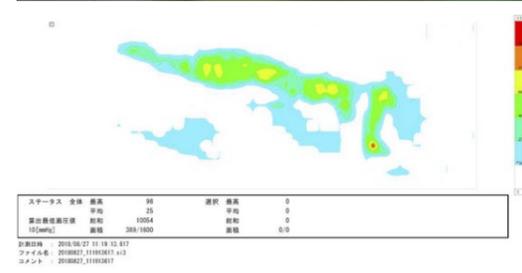
後方30度側臥位のポジショニング

体幹背面のクッションを身体に添わせるようにしっかり入れ重さを受ける。下肢の位置・上肢の位置をやや後方で支えることで体幹が圧分散し安定する。30度に傾いた姿勢は不安定であり、しっかり背面のクッションに面を身体を預けること、上下肢の重さを受け場所を考慮することが重要。



前方30度側臥位のポジショニング

体幹前面のクッションに重さをしっ
かり乗せる。上下肢は前方で重さを受
けることで全体の重さを前方で
受けることができる。



ベッド上のポジショニング 頭側挙上

頭側挙上の姿勢はさらに重力の影響を受けやすくなります。
そのためしっかり支える場所を作り安定感を出すことが重要になります。
支える場所は、臥位よりは座位に近い姿勢となりますので、
座位の重さを受ける場所を参考に姿勢づくりをします。

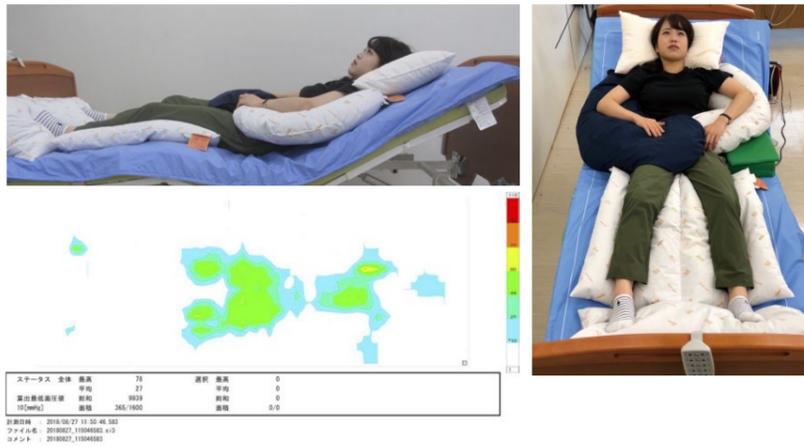
基本的な頭側挙上の方法

ベッド機能を利用して下肢・頭側を交互に挙上し
れないようにする。特にベッドの膝軸が対象者と
長さがないときには、ベッドの下肢挙上
機能を使わず大腿部にクッションを入れて頭側を
挙上する方がずれにくい場合もある。



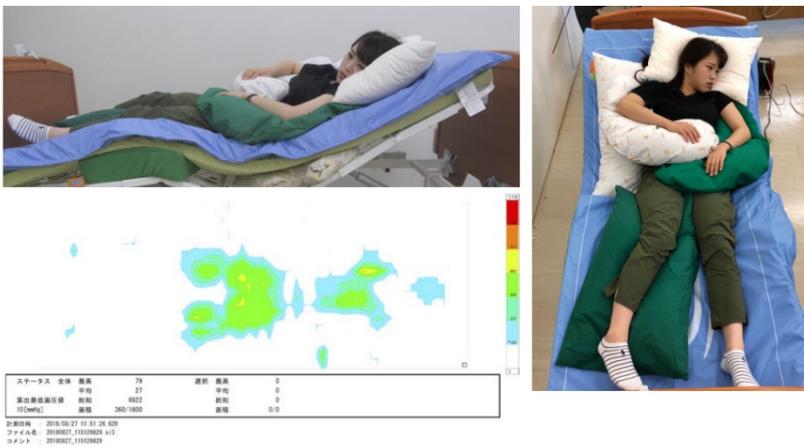
頭側挙上のポジショニング

上下肢の重さをクッションで受ける
ことで体幹の崩れを予防する。下肢も
重さを受けることができていないと
ころにはクッションで支えを作る。
安定した姿勢を作り圧を抜き整える。



側臥位30度での 頭側挙上のポジショニング

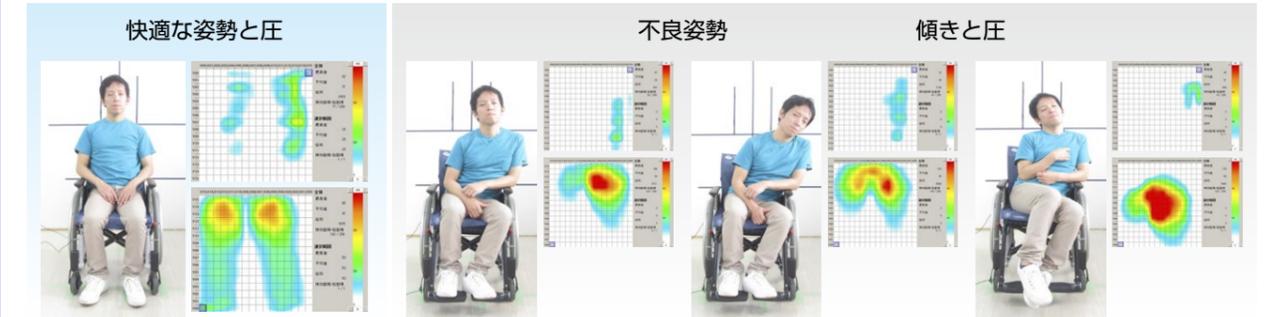
必要性があって側臥位30度で頭側を
挙上する場合は不安定になりやすい
ので注意が必要。側臥位では下側にな
る方に傾きやすいので、サポートのた
めのクッションを差し込み、体幹の重
さを後方のクッションに乗せること
で圧の分散と安定を図る。



座位姿勢の チェックポイント

不良姿勢で放置をしない。快適な姿勢に整えることが大事です。

姿勢のゆがみ・傾き・ねじれは=圧の偏り

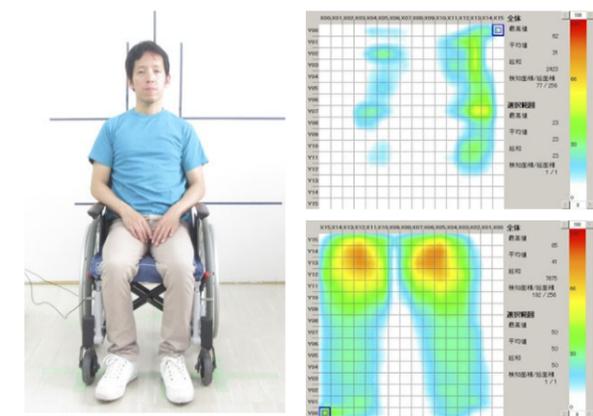


姿勢援助のためのチェックポイント！

不良姿勢での放置を避けるためには、目標とする姿勢を理解し、
現状の姿勢のチェックができることが必要です。

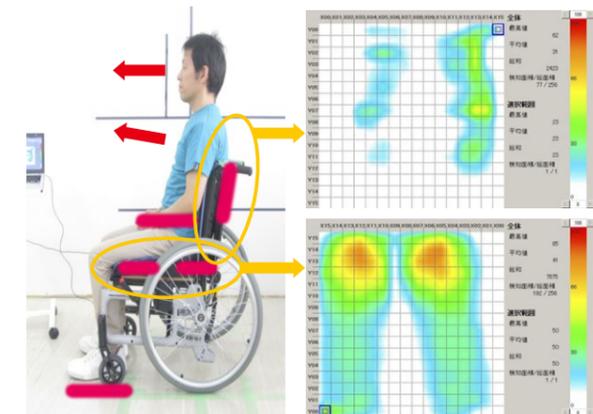
▶ 前方からのチェック

- ① 顔が前を向いているか
- ② 肩の高さが同じか
- ③ 膝の高さは同じか



▶ 側方からのチェック

- ① 顔が前を向いているか
- ② 胸腹部がつぶれていないか
- ③ 臀部は奥まで入っているか
- ④ 大腿部に重さは乗っているか
- ⑤ 前腕は支えられているか
- ⑥ 足底はフットレストあるいは床に付いているか



重さを受けるべきところで支えることで安定した快適な姿勢が出来ます。
また、関節にストレスをかけない姿勢となるために、動きも容易になります。
手足や体幹の大きな動きだけでなく呼吸や循環、食べることや排泄までも助けてくれます。

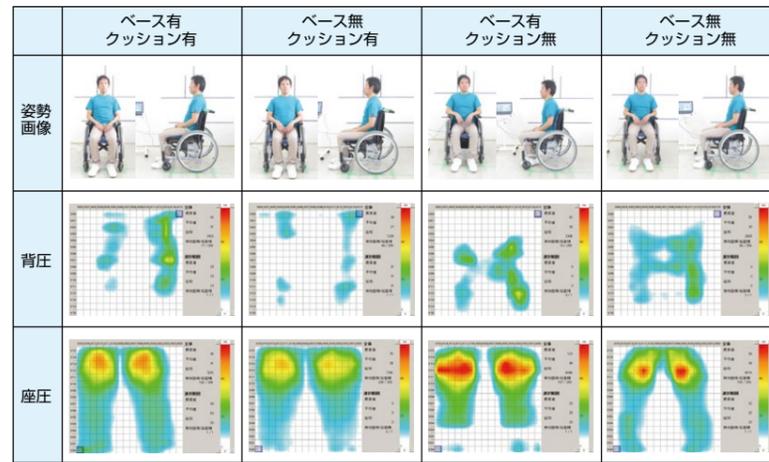
シーティングアセスメント 身体の状態と 圧の関係性

座位姿勢では、まず座面や背など主たる重さを受ける場所を整え、そこに身体を丁寧に預けることが基本です。しかし、座面や背だけで重さを受けているのではなく腕や足といったその他の身体のパーツの置き場所も重要です。そして、その他のパーツは重さを受けるだけでなく、腕や足がどこに位置するのかが座や背の圧にも影響を及ぼします。身体各パーツの関係性を考え姿勢を整えることが重要です。

座と背の関係性を考える

座は臀部と大腿部に重さに乗せる。背は、骨盤が後方に倒れないようにサポート、そして胸郭の重さを受けようようにバックサポートを調整することが必要である。

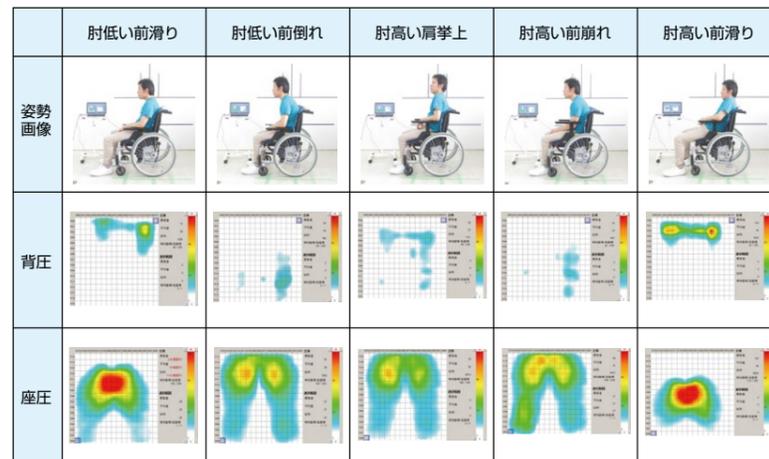
条件：車いすレボ使用 各部・背バック調整済み 表示圧力範囲 20～100mmHg



肘置きと体幹・座圧の関係性

腕の位置が体幹の安定性を左右する。腕全体を前方に持ってくると、背は丸く体幹は崩れる。アームレストが低すぎると同じ現象が起こりやすい。アームレストが高すぎると肩が押し上げられ、つらい姿勢となるために、体幹全体を前方に崩すきっかけになることも少なくない。

条件：車いすレボ使用 各部・背バック ベース・クッション有 表示圧力範囲 20～100mmHg

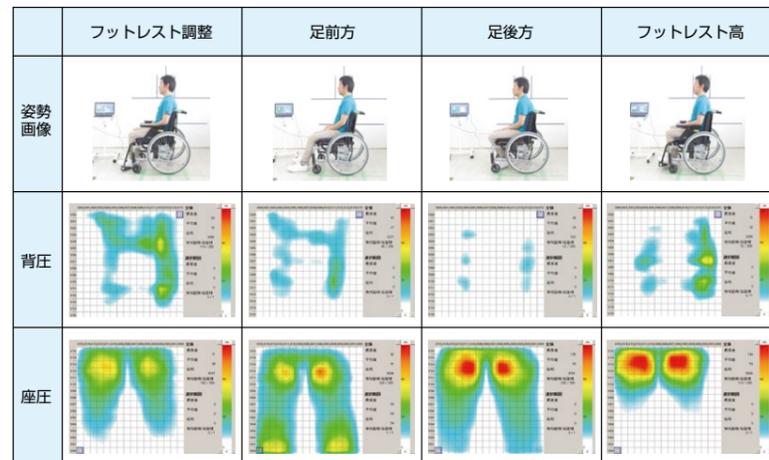


足置きと体幹・座圧の関係性

フットレストの高低や前後位置が座の圧に影響があるだけでなく、体幹の安定性にも影響を及ぼす。

- 【低すぎる】大臀部に圧がかかりすぎる
- 【高すぎる】座は臀部のみで重さを受ける形となり骨盤は後方に倒れやすい。
- 【前方に出すぎる】低いアームレストと同じように大腿部に大きく重さがかかる。骨盤は後方へ倒れやすくなり体幹をも後方へ倒し姿勢が崩れやすくなる。
- 【後方に引きすぎる】骨盤を立てやすく活動しやすくなるが、安定性には欠けることもある。

条件：車いすレボ使用 各部・背バック ベース・クッション有 表示圧力範囲 20～100mmHg

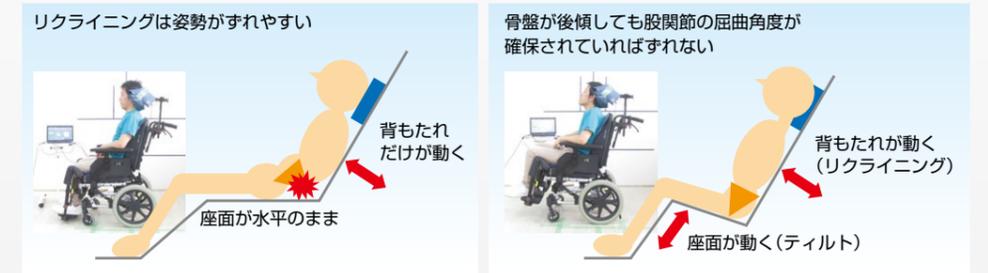


リクライニングとティルト機能

体幹を支えることができない方には背バックはとても重要です。しかし、ただ背バックを頭部まで伸ばしても重さは下に流れ胸郭がつぶれ、座面には必要以上の圧がかかり不良姿勢となります。基本の座位姿勢を守り、座は臀部と大腿部に重さに乗せる、背は、骨盤が後方に倒れないようにサポート、そして胸郭の重さを受けようようにバックサポートを調整することが必要です。そして何より座位姿勢を整える習慣が大事なことに変わりは有りません。そして体幹を支えられない方は、動けない方が多いので、整った姿勢をサポートするためだけでなく、圧のかかる場所を移動させて座位姿勢の継続を可能にする必要があります。

ティルト機能の必要性

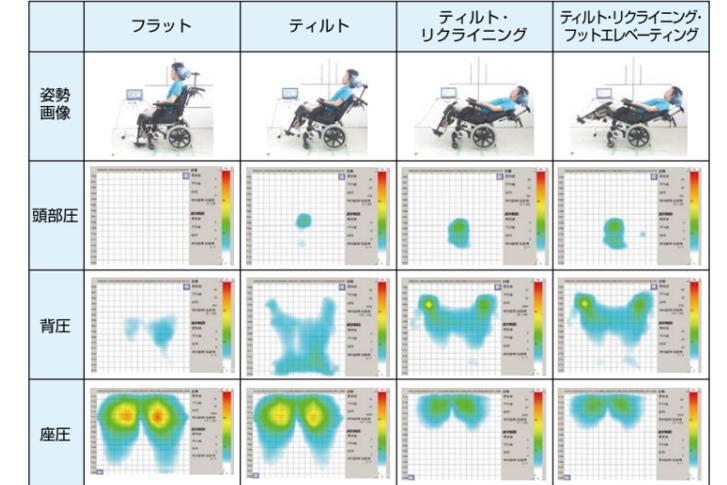
リクライニング機能だけで、背を上げ下げすると骨盤が倒れ身体は前下方へずれる。背を倒す必要のある時は、必ずティルト機能のあるものを選ぶようにする。



ティルトリクライニング機能の利用

ティルト機能を利用して後方に角度をつけてから、リクライニング機能でさらに必要な角度に調整するときに、フットエレベーター機能を利用して姿勢を崩すことなく、圧分散が可能となる。戻すときにはリクライニングを起こしてからティルト機能を使用する。定期的はこの動作を入れることで痛みや床ずれも予防できる快適な長時間座位が実現できる。

条件：車いすレボ使用 各部・背バック ベース・クッション有 表示圧力範囲 20～100mmHg



不良姿勢でのティルトリクライニングは危険

ティルト・リクライニング機能を利用してても不良姿勢のまま実施をすると圧は局所に集中しリスクは高まる。姿勢を整えた座位でのティルト機能の利用を心がけることが重要。

