



## 訪問リハビリの役割とは

リハビリと聞くと病院や施設等で行われている印象をお持ちの方が多いかと思います。訪問リハビリでは住んでいるご自宅までリハビリスタッフが伺い、介護保険を主に利用して行われる介護サービスです。そこで今回は訪問リハビリの役割を簡単にご説明させて頂きたいと思います。



### 可能な限り残された能力を引き出し生活の質を向上 自信や希望に繋がるサービスを提供

訪問リハビリを受けられている方の半数は、自らの意思では体を動かす事ができない、介助を必要とした生活を送られている方です。その生活環境の中でリハビリスタッフが、共に患者様とご家族に寄り添いサポートする事が訪問リハビリの役割です。寝たきりだから何も



できないのではなく、可能な限り残された能力を引き出し生活の質を向上させ、ほんの些細な事でも患者様やそのご家族にとって自信や希望に繋がるサービスを提供する事がリハビリスタッフの使命です。

近年では老々介護という言葉があるように、介護する側とされる側の負担は大きく、身体的疲労だけではなく精神的疲労が問題となっています。その為、医療と介護の関係性が非常に重要視され在宅医療の質が問われています。



### 身体に負担が少ない介助のコツ

そこで今回、身体に負担が少ない介助のコツを覚えて頂けたらと思います。介護や医療の現場で働く女性が男性を簡単に持ち上げ車椅子やベッド上に移乗させる姿を見た事があるかと思いますが、どうして女性が自分より大きな男性を持ち上げる事なんてできるの？答えはテコの原理を応用しているからです。この原理を使う事で高齢者の方でも簡単に介助が行えますので実践してみてください。介助する側が力任せで行おうとすると身体への負担が大きくなり、足腰を痛める可能性もあります。また、介助される側も不快に感じますので十分注意して行ってください。

介護は決して一人で抱え込まず、利用出来るサービスを利用して、心の余裕を持つ事が大切です。サービス等でご不明な点がありましたら、当院のスタッフまでお気軽にご相談ください。

詳しくは裏面をご覧ください>>

**車椅子からベッドへの移乗方法**

## 車椅子からベッドへの移乗方法（部分介助）

①



車椅子はベッド横に斜めに止めます。



健側※1がベッド側に来るようにできるだけ浅く腰かけ、健側の足を手前に軽く引き膝を曲げます。

※1 健側(けんそく)とは、カラダの半身に障害をもつ人の、障害のない側。反対に、障害のある側を患側(かんそく)と呼びます。健側は力が入る方で、患側は力が入りにくいため、考慮しながら介助を行うとよいでしょう。

②



介助する方は車椅子の中央に立ちます。

③



患者様のお尻（臀部）後方ズボンの中央を右手で握り、反対の手で左脇を軽く支えます。

④



介助する方は患者様の健側を自らの左膝で軽く押さえて固定します。

介助する方は自らの重心を後方へ（軽くお尻を突き出す様に両膝を軽く曲げます）移しながらゆっくりと患者様を手前に引き寄せる様にして立ち上がります。

### ポイント

※ 1・2・3と声を掛けながら前後に身体を軽く揺さ振りながら立ち上がると相手との息が合いやすいです。

⑤



お互い立ち上がったなら患者様は右腕を外側に軽く開き、健側を軸にゆっくり回ります。

⑥



最後はゆっくりと腰を曲げながら両手でベッドサイドを支えて正面を向きます。

※介助方法には **全介助** と **部分介助** があります。能力により介助方法は異なりますので、立てない人を無理に立たせる事はしないでください。

2017年3月発行 **リハビリテーション科 理学療法士**

訪問リハビリテーションのお問い合わせは

医療法人社団 めぐみ会  
**めぐみ訪問看護ステーション**

医療法人社団 めぐみ会  
**杉並堀ノ内クリニック**

訪問リハビリ  
テーション

多摩  
地区

042-401-9171

東京都多摩市落合1-32-1多摩センターペペビル3階

杉並  
地区

03-5929-1611

東京都杉並区堀ノ内 2-29-14ライオンズマンション新高円寺1F