

車いすの操作方法その②

暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。

前回に引き続き車いすの操作方法(介助方法)を書いていきたいと思います。

今回は、方向転換、坂道や段差の操作方法(介助方法)です。車いすでは、歩いている時には気にならないような小さな段差でも車輪が引っかかってしまいます。安全に車いすを使用するために操作方法(介助方法)をしっかりと覚えておきましょう。



『方向転換』のコツ

停止時

後輪を中心に回ることで乗っている方の身体の軸がぶれなくなり、めまいや不快感が起きにくくなります。 狭い場所で回りたい場合には、回りたい方向のハンドルを引き、反対側のハンドルを押すとスムースに回れます。

走行時

曲がりたい方向と反対のハンドルを強く押しながら曲がります。急に向きを変えようとするのはバランスを崩してしまい危険です。 速度を落とすか、一度止まってから緩やかに向きを変えるようにしましょう。

『坂道走行』のコツ

車いすに乗っていると、緩やかな坂道でも意外と恐怖感があります。

特に下り坂は進行方向に背中を向けて進むので、介助する方は声をかけながらゆっくりと行ってください。

上り坂



- ・前向きに上る。
- ・急な坂の場合には身体を前傾させて、 しっかりと押す。

下り坂



・後ろ向きに下る。

(緩やかな坂道では前向きでも降りることはできますが、 後ろ向きの方が乗車者に不安を与えず安全です。)

・目線は進行方向に向けて、足元や後方に 注意を払いながら下る。



上り坂も下り坂も車いすの背に向かって体重をかけるようにすると小さい力で済みます。 途中で休憩する場合には、必ずブレーキをかけてください。

続きは裏面をご覧《ださい》》

『段差昇降』のコツ

段差の上り



①段差へ車いすが直角に なるように前向きに近づく。



②キャスターを上げて進み、 段の上にキャスターを下す。



③後輪が当たったら、ハンドルを持ち上げながら押し進む。

段差の下り



①段差へ車いすが直角に なるように後ろ向きに近づく。



②ハンドルを持ち上げながら、後輪から下りる。



③キャスターを上げてゆっくりと 後方を確認しながら後ろに さがる。



④フットレストが段差に当たらない位置までさがり、キャスターを下す。



エレベーターや電車への出入り、側溝(小さいもの)を跨ぐ時も段差の上り下り同様にキャスターを浮かせて走行すると前輪が引っかからずにスムースに動くことが出来ます。

障害物に対して斜めになってしまうとバランスを崩す場合があるので注意してください。

いかがだったでしょうか。2回にわたって車いすの操作方法(介助方法)を書いてきました。 バリアフリーな社会になってきてはいますが、坂道や段差、溝などが一切なくなるわけではありません。 正しい操作方法(介助方法)で車いすを使えるようになりましょう。

2021 年 9 月 理学療法士