



在宅コラム総集編

訪問リハビリとは？

めぐみ会リハビリテーション科コラムを開始してからお陰様で7周年を迎えさせていただきました。そこで、今回は総集編として、『訪問リハビリについて』を、過去のコラムを引用して紹介致します。

訪問リハビリとは？

訪問リハビリは、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。

訪問リハビリを受けられている方々は、介護認定を受け介助を必要とした生活を送られている方々となります。介護が必要な生活環境の中でリハビリスタッフが、リハビリを受ける方々やその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。



『介護をする家族』の手助け！

近年、老々介護という言葉があるように、介護する側・される側の高齢化が進み介護する側の負担も増大しています。それによって身体的・精神的疲労が問題となっています。その影響もあり、在宅医療の重要性は年々増え、訪問リハビリでも「利用者家族へのサポート」の一環として介助方法の伝達なども重視されております。



ベッドから椅子へ移動する訓練

本コラムでは『1. 床からの立ち上がりの介助』、『2. 椅子からの立ち上がりの介助』を紹介致します。

1. 床からの立ち上がり介助

床からの立ち上がり介助方法のコツとしては、介助対象者を前に引き起こすのではなく、体勢を横向きにして、**本人に膝をついてもらうようサポート**することがポイントとなります。

- ① 介助対象者の片膝を曲げます。
- ② 膝を曲げた側に安定した椅子を置きます。
- ③ **椅子に手ついてもらい、介助対象者のズボンの腰の部分（ウエストバンド）の後ろ側を持ち腰を支えます。**





4
本人 椅子を支援にして両膝をつきます。

介助者 腰の部分を軽く持ち上げて、身体を回します。



5
本人 片脚を前に出します。

介助者 腰の部分を軽く持ち上げて、身体を上方向に誘導します。



6
本人 膝を伸ばして立ち上がります。

介助者 腰の部分をもって、自力を促しながら上方向に誘導します。

2. 椅子からの立ち上がり介助

椅子から立ち上がる際には、大きく分けて【体を曲げる動作】と【体を伸ばす動作】の2つに分けられます。**体の前方に椅子やテーブルなど体重を支えられるものがあると、より立ち上がりやすくなります。**



1
本人 テーブルを支援にして両手をつきます。

介助者 身体を前方に倒しテーブルに体重をかけさせます。



2
本人 テーブルに体重をかけながらお尻を持ち上げます。

介助者 ズボンの腰の部分を軽く持ち上げて、身体を前方向に誘導します。



3
本人 膝を伸ばして立ち上がります。

介助者 ズボンの腰の部分を軽く持ち上げて、身体を上方向に誘導します。