

少子高齢化の進展により高齢者や障害者の自立や介護を支援する福祉機器に注目が集っています。

その一方で基本的な選び方や使い方がなされておらずトラブルになるケースもあります。

本会では国際福祉機器展の利用者アンケートや相談内容をもとに「はじめての福祉機器Q&A」を作成し、基本的な選び方や使い方について情報提供をしています。

### Q3 車いすに乗っているときの姿勢で気をつけなければならないことはどのようなことですか？

車いすに座っているときの姿勢ですが、まずベッドの端やいすに座っているときの姿勢がどうなるかがポイントです。

- ①背もたれがなくても手を離して5分以上座っていられる。
- ②背もたれがあれば30分以上身体が崩れずに座っていられる。
- ③背もたれがあってもしばらくすると身体が崩れてしまう。

このような状況を踏まえ、①の場合には短時間使用ならば、後輪駆動型車いすもしくは介助用車いすで座り心地のためのクッションを使用します。円背や側弯(背骨が曲がっていること)、大腿骨の骨折などによる脚長差(左右の足の長さが異なること)などがある場合にはモジュール型車いすなどで調整してもらうとよいでしょう。短時間歩くことができる方でも、おしりの筋肉がやせている場合には除圧性の高いクッションがいいと思われます。

②の場合には、座ったときの姿勢で横から見たときに、腰がずっこけているようでしたらクッションの中でも大腿部より坐骨部が低くなっている姿勢保持用のものを使用し、車いすの背もたれの張り調整ができるもので骨盤を起こすとよいでしょう。しかし、人によっては骨盤を起こす姿勢が辛いと自分で身体をずらしてしまうので無理に矯正しない方がよいでしょう。側弯(脊柱が曲がり、ねじれが加わっている状態)や麻痺等により身体が傾いてしまう方の場合には側方にパッドを使用することがあります。

③の場合には短時間で身体が崩れてしまいますので、座面の角度や背もたれの角度を変えることができる姿勢変換型車いすが良いでしょう。

座っているときの姿勢ですが、正面から見たときには骨盤・肩・頭が水平になっているように(図9)、横から見たときには骨盤の上に頭があり、顔は正面を向く姿勢(図10)がとれるとよいでしょう。しかし、長い間身体が傾いていた方や片麻痺の方で運動障害だけでなく感覚障害があったり、半側空間失認(例えば左片麻痺の方で左側への注意を行うことができずに無視してしまう状態)があると、傾いた状態が本人にとっ

てのまっすぐの姿勢として感じてしまうことが多くあります。このような場合は、私たちから見てまっすぐなよい姿勢と本人にとってまっすぐな楽な姿勢とが一致しないことがあります。本人に楽かどうか確認をして、無理やりまっすぐに矯正するのではなく、少しずつ慣れていくとよいでしょう。

### Q4 外を車いすで移動する場合に気をつけなければならないことはどのようなことですか？

外で移動する場合には利用者の方が自分でこいで移動する場合と、介助者の方が押して移動する場合があります。一般的に道路は水勾配を取っているため水平ではなく、道路の端を通る場合には外側へ流れていきやすくなっています。自分でこぐときも介助者が押すときも車いすで移動しているときに流れやすい外側(下側)を主にこぐとよいでしょう。

自分で車いすをこぐときの注意点ですが、車いすは歩行者よりも低いので、車の運転する人から見ると、発見しにくくなっています。特に夕方から夜間に車いすを外出する場合には蛍光シールなどで車いすを見つ

けやすくする必要があります。

介助走行での注意点ですが、段差昇降の仕方では、車いすを段に近づけ、介助者はティッピングレバー\*(図参照)を踏みながら、車いすの前輪を浮かします。次に前輪を浮かしたまま車いすの後輪が段に当たるまで前に進み、後輪が段に当たったところで前輪を下ろします。そして車いすの後輪で登るように車いすを押し上げて段を上ります。決して車いすの後輪を浮かして段を乗りあげないようにしてください。後輪を持ち上げると前輪しか床面に接していませんが、前輪は360°回転しますので車いすの走行が不安定になってしまいます。

段を下りる時には後輪から下り、後輪が道路についたところで前輪を浮かし段から離れ、介助者がティッピングレバーを踏んでゆっくりと前輪を下ろします。

坂道の昇降ですが、介助者は必ず坂道の下側にいるようにします。すなわち上る時は前進、下りるときはバックで下りるようにします。最近では、グリップに介助ブレーキが付いているものも多く見かけますが、介助ブレーキがある場合には介助ブレーキでスピードを調整して、ゆっくりと下りるようにします。

砂利道などの悪路の場合には、介助者が前輪を上げたまま後輪で進む方法とバックで進む方法がありますが、バックで進む方法の方が楽に移動することができます。

踏切を渡る方法ですが、前輪が線路に挟み込まれないように前輪を浮かせながら移動する方法が一般的ですが、警報機が鳴り始めると介助者はパニックになりやすいので、踏切を渡らなくてすむ道を選ぶことをお勧めします。

図9

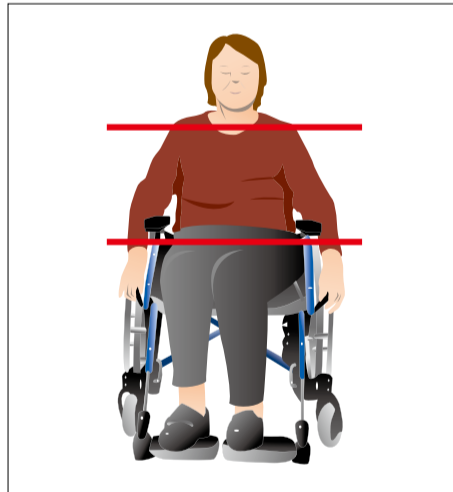
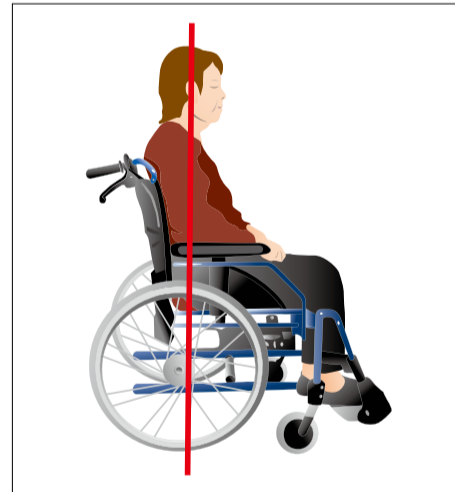


図10



#### \*ティッピングレバー

前輪の上げ下ろし(キャストアップ)をする際に介助者が足で踏む部分

