どんぐりニュース

2025年 夏の号外

※ニュースへの掲載は、プライバシー保護に努め、個人が特定されないように配慮しております。

立つことって大事！

O様（70歳代 男性 要介護3）
左下肢急性動脈閉塞症、狭心症、糖尿病

お身体の状態

平成28年に左下肢血栓閉栓症で左下肢壊疽と診断され、**左足を太ももから切断しました。**その後右下肢閉塞性動脈硬化症により、右足薬指・小指も喪失しています。移動は車いすになりましたが、身の周りのことはご自身ででき、支えがあれば立っての作業もできていました。

平成29年1月よりデイケアを利用開始し、リハビリにて身体機能を維持してきましたが、**右足への負担増加に伴い常に筋肉が張るようになり、足をしっかり伸ばして立つことが難しくなってきました。同時に痛みと疲労で立位の訓練量も減ってしまい、身体機能も低下してきていました。**

ご本人の訴え

「**足の裏が張って痛い。最近は膝も伸びなくなり、平行棒の中を歩くのが前よりしんどくなった。**」

リハビリでの取り組み

①両手・右足の筋肉の張りが強く痛みもあるため、リラクゼーションにて筋肉をほぐし、関節を動かしやすくしていきました。

②**ひざ・足首のストレッチのためにスカイリフトを導入しました。**最初は5分から開始しましたが、ひざが伸びず足首も少し下に向いていたため、椅子に腰かけるような姿勢でした。

3か月後には30分以上できるようになり、ストレッチの効果で**徐々にひざが伸び、足の裏に体重をかけられる姿勢になってきました。**「**前より平行棒の中で歩くのも楽になった。**」とご自身でも変化を感じていただけました。

スカイリフト

移乗や近距離の移動をサポートする機器で、**座った状態から腰とひざを支えて姿勢よく立つまで起こし**、機器ごと移動することができます。

リハビリでは、**姿勢よく立つ状態を5分以上保つため**に使い、**ひざがしっかり伸びるので、よい姿勢で立てるようになる**ことが期待できます。

まとめ

右足の状態低下が両腕への負担につながり、疲れやすさ、活動量の低下になるという悪循環に陥っていました。ストレッチの効果を感じていただけたことで、平行棒での歩行や両腕の運動を自主的に行うなど、リハビリへの意欲も高まりました。立位姿勢が少しずつ改善されてきたことにより、悪循環も断ち切ることができました。

今後もどんぐりニュース号外として、デイケアどんぐりの取組みをご紹介していきます。