

運動療法
臨床報告 11月度
【立位保持】

結果例: 著効◎、有効○、やや有効△、
無効▲、悪化×

患者	日付	運動内容	効果	施術詳細
TMさん 女性83	10月6日	下肢感覚 入力運動	▲	臀筋、ハムストリングスの収縮を促す体動を指導したものの、その姿勢、体勢を保持し動作することが困難でした。
	10	〃	▲	前回に基づき運動療法に時間をかけて行い、動作の再現を行う。しかし、客観的にも、主観的にも結果は伴わなかった。
	13	〃	△	少し、運動療法の動作に慣れた様子がうかがえる。施術後、姿勢の良さ、安定感が見られます。自覚はあまりされていない。
	17	〃	△	徐々に動作のコツを掴まれ、運動療法の動作が整ってきました。施術後、立位での安定を実感されました。
	20	〃	○	運動療法後の立位への移行速度が速くなりました、立位後の足底部で感じる安定感が増加したようです。
	24	〃	○	前回同様に、施術後の立位、その保持の良姿勢が見られ、自覚もさらに得られています。
	27	〃	○	ご本人より、施術後の結果は良いがセルフケアとしては、まだ難しい様子です。自ら一人で行うモチベーションや技術は不足しているように感じます。
YSさん 女性88	1	下肢感覚 入力運動	▲	臀部に疼痛がやや強くあり、運動療法の形をご指導するレベルに抑えたため結果は得られず。
	8	〃	▲	下肢を伸展したままの運動がなかなか難しい様子で、また運動時に臀部疼痛が生じたため、マッサージとモビライゼーションを行う。
	15	〃	△	下肢伸展への恐怖心が薄れてきた様子で、少しずつ運動療法の形が良くなりました。施術後、体幹の伸び(伸展)を実感されていました。
	22	〃		数日前の施設での動作が負担になった様子で、全身が重たく腰・骨盤周囲に若干の疼痛があり、運動療法は見送りました。
	29	〃	△	運動療法の時間を増やし取り組みました。結果としては、速い立ち上がり動作と立位での良姿勢につながり、ご本人も視線が高くなったと自覚されていました。

運動療法・立位保持(姿勢安定性)まとめ

今回は、前回からの流れで立位に向けた感覚入力をメインテーマに掲げ取り組みました。前回の骨盤を前後に動かすという運動より比較的容易に導入できる見込みで始めましたが、思ったより苦戦を強いられてしまいました。

具体的な運動としては、股関節伸展筋、大腿後側筋群、踵からの入力(刺激)運動等ですが、当初はご本人が力の入れ具合が分からず異なる動作になったり、また、動作そのものが関節可動制限のため出来ない、運動療法の形では痛みが出るなどの状況が頻発して一つ一つご指導する時間を必要としました。効率の良いご指導方法を考えることが求められます。

もう一つの課題としては一通りの運動療法をご理解された後、ご本人が自らなかなかセルフで行っていただけないということが分かりました。施術として一緒に行うことは出来ますが、施術者がいない状況では、忘れたり、そこまでのモチベーションが持てなかったといった状況があります。語りかけや、モチベーションアップのための説明、いわゆる患者教育の重要性を改めて感じました。

立位姿勢の改善による付随する効果としては、予想されたことですが腰痛、膝関節痛や背部痛などの軽減を自覚されるケースが多いと感じられました。アプローチの方法として十分臨床で応用出来る実感を得ることができました。