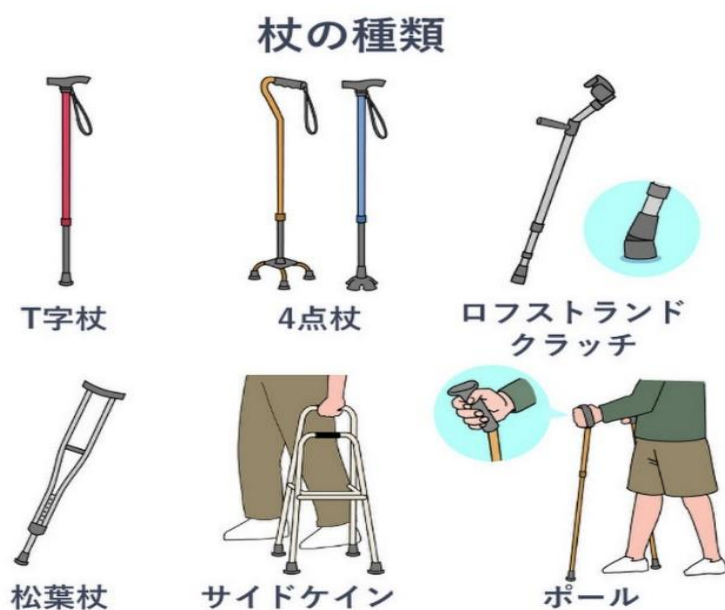


こんにちは(#^.^#) 『ケアセンターなごみ』です。

今回は、杖歩行についてのお話をしたいと思います。

杖歩行と言いましても杖にはいろいろな種類があり、杖の長さや高さで選ばれたり、四点杖は歩行に不安のある方が使用する事で歩きやすくなる場合があります。



自立歩行できる方でも歩行のバランスを安定する為、杖を使われています。

片麻痺がある方ですと、日常的に杖歩行されております。

一般的なT字杖での歩行動作は、  
杖は健側に持ち、①杖、②杖と反対側の足、③杖側の足の  
順で出していきます。こうしますと常に杖か足の2点で  
支える事になるので安定した歩き方になります。

また、3動作歩行と2動作歩行があり、

3動作歩行では

①杖、②患側の足、③健側の足の順に出していきます。

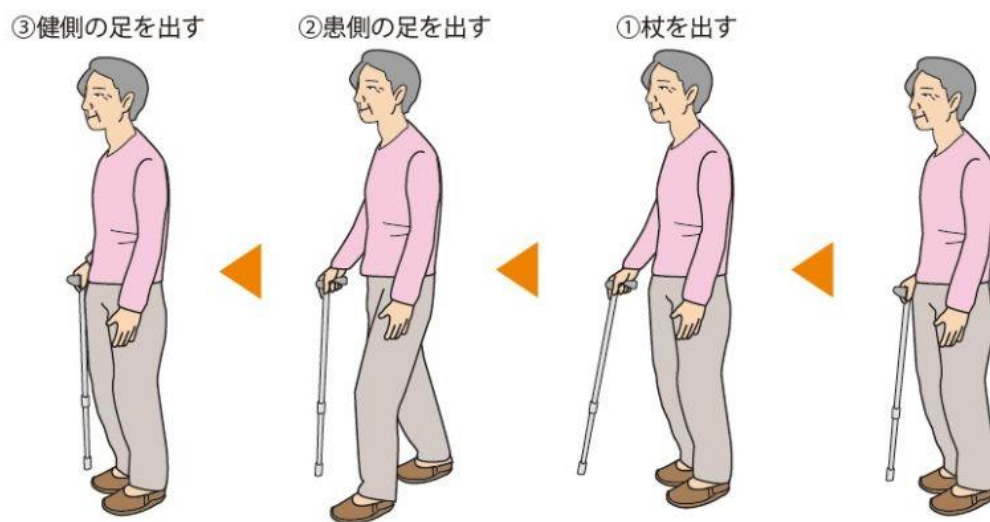
2動作歩行では

①杖・患側、②健側の足の順に出していきます。

その際、介護職員が杖歩行の方を介助する場合は、ご  
本人の杖を持つ側と反対側、やや斜め後方に立って一  
緒に歩いていきます。

介護職員はご本人が踏み出す足と同じ側の足を後方か  
ら踏み出します。

後ろに位置する事で歩行を妨げず、片麻痺の方の後方  
への転倒を防ぐ事ができますね。



目の前に段差がある時は、

できるだけ段差に近づき、①杖を先に出して、②患側の足を出し、③健側の足を出すことで進めます。

階段を上がる際は、

普通に歩くのとは違い、

①杖、②健側の足、③患側の足、の順で上がります。先に健側の足で上がる事で身体を引き上げながら上がっていき、介護職員は患側の方に付き添っていきます。

階段を下がる際は、

①杖、②患側の足、③健側の足、の順で下がります。健側で身体を支えながら下ります。介護職員は患側の方に付き添っていきます。

階段の昇り降りの際は階段に手すりがあるとなお良く、それらを利用しながら付き添う形になります。

※杖をしっかりと使用する事で、転倒に気をつけながら歩行しましょう！