

療育研修会

福岡県 支部

◆テーマ

「筋ジストロフィー症の在宅のリハビリと福祉用具の活用」

講師： 特定医療法人 敬愛会 新田原聖母病院 理学療法士 井内 陽三 先生

【内容】

上記のテーマで（１）訪問リハビリとは？、（２）リハビリでどんなことをするのか、（３）「環境整備」や「福祉用具の活用」についてお話していただきました。

まず、（１）訪問リハビリとは？では、訪問リハビリの目的から実際利用する場合、どうすれば利用できるのかなどの訪問リハビリの制度をお話されました。

（２）リハビリでどんなことをするのかでは、訪問リハビリの内容から活動の時期に応じたりハビリを詳しくお話されました。

（３）「環境整備」や「福祉用具の活用」では、福祉用具は「何らかの事情で生活に支障がある方々を助けてくれるもの」が福祉用具であり、補装具等製作の流れや製作におけるポイントや福祉用具の導入のポイント等をお話されました。その後、質疑応答があり、終了しました。

療育研修会実施状況

福岡県 支部 参加数 15 名

実施場所 博多バスターミナル貸ホール第9ホール
オンライン



実施を終えて（感想等）

参加者の感想等、必ず記入して下さい。

- ・病気の進行に沿ってのリハビリや福祉機器の話で息子が取り入れているもの、取り入れてないものがあり勉強になりました。
- ・参加人数が少なかったので個別相談のような形でもよかったのかな、とも思いました。
- ・今、家にも情報が入る時代ですが、生の声で聞いたのは良かったです。
- ・入浴のリフトを使っていますが、介助する側もされる側もストレスなく入浴できていると思います。まだこのような福祉用具をかたくなに利用していない方々に聞いて欲しい講演だと思いました。
- ・自分の知らない福祉用具などが知れて、勉強になりました。
- ・一括りにリハビリといっても時期によって内容が違ってくることを初めて知りました。
- ・いろんな話が聞いて良かったです。ありがとうございました。

筋ジストロフィーの 在宅のリハビリと 福祉用具の活用

新田原訪問看護ステーション
理学療法士 井内陽三

本日のお話

1. 訪問リハビリとは？
2. リハビリでどんなことをするのか
3. 「環境整備」や「福祉用具の活用」

1. 訪問リハビリとは

リハビリは、どこで受ける？

入院？ 外来？ 自宅？

通所サービス？ 学校？

誰から受ける？

リハ職員 (PT、OT、ST)？

看護師 介護福祉士 ヘルパー？

家族 学校の先生？



今日は、家でのリハビリ
(訪問リハビリ) についてお話しします！

目的は

「したい」を実現する・維持する

学校で学ぶ、遊びに行く、友達と楽しむ 等々

そのためには

生活しやすい (活動しやすい) ように

身体の状態を維持する

環境を整える

訪問リハビリの制度

医療保険・介護保険

訪問看護ステーション

病院・診療所

訪問リハステーション
(震災復興特区のみ)

介護保険のみ

介護老人保健施設

その他

行政

今回の主な話になります。

訪問看護ステーションの
リハビリ

病院・診療所

訪問するには、医師の指示書が必要

リハビリの訪問は、看護1回と同じ

「筋ジストロフィー」の方は、

- ・週4回以上
- ・複数回訪問 (1日) が可能
- ・複数のステーション利用が可能

(※1：主治医の指示が必要です)

(※2：利用に際しては、それぞれ規則を満たすことが必須です)

退院後3か月以内は

週12単位

経過後は、

週6単位まで

(1単位は20分)

各種の助成制度	
「指定難病医療費助成制度」	指定難病により 特定医療費支給者証 を交付されている方
「重度心身障害者医療費助成制度」	身体や知的障害手帳を交付されており、市町村に申請し、認められた方
「乳幼児医療費助成制度」	各市町村に相談。 ※対象0歳～18歳で 自治体により異なる

※政令指定都市、その他の市町村で異なります

皆さんの適した方法で制度を利用しましょう！

2. リハビリでどんなことをするのか？

訪問リハビリの内容は？

- ①身体機能の訓練
- 筋力の維持、関節の変形や拘縮などの予防・改善
 - 呼吸機能の維持
 - 摂食嚥下に関する機能維持
- ②動きやすい環境の調整（福祉用具の導入を含む）
- ③各種の助言、指導

活動の時期に応じたリハビリ

①歩行時期

②車いすが必要になる時期

③呼吸管理の適応になる時期

で、分けて考えてみます。

(参照・改変) 筋ジストロフィーのリハビリテーションマニュアル

①歩行時期

リハビリ

足（股関節、足関節）を中心に

- 関節可動域訓練
- 筋肉などのストレッチ
- 起立訓練台の使用
- 下肢装具の使用 など行います。

1日1回行えるように調整が必要です。

身体の痛みや、疲労感などを確認します。

起立訓練台や装具での立位練習：

- ふくらはぎを伸ばすことで歩きやすくなることもある。
- 背中やおなかの筋肉を使う
- バランス感覚が身につく

頭を守ろう：

転倒時に頭を守る保護帽を検討します



ヘッドガードフィット



あでまはハット



あでまはハット



「STAND me」(株) ミキ

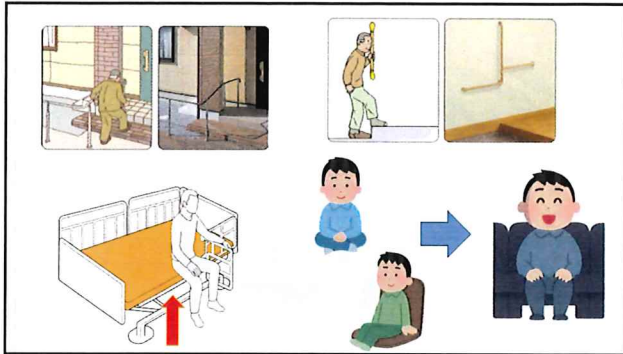
キヨタ (株)

(運動)

過剰に鍛えるような、無理な運動を行わない。翌日に痛みがない程度に活動量の調整を図ります。

(環境)

- 床からの立ち上がりに無理な力が入るときは、椅子やソファの利用に変更していきます。
- 必要に応じて、座る高さの調整を行います。
- 必要な個所に住宅改修を行う（手すり、段差解消など）

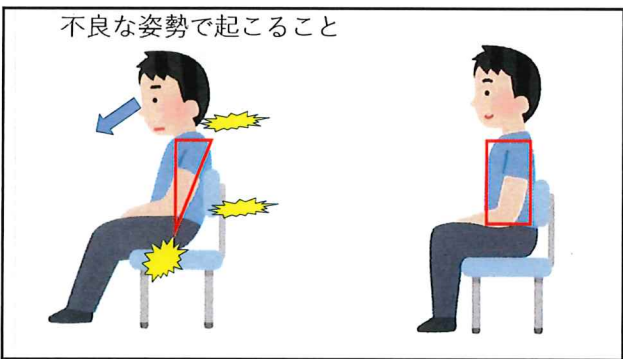


②車いすが必要になる時期

リハビリ

脊柱変形や関節可動域制限の予防を意識して運動を行う。

- ・無理な運動を行わない。必要に応じて車いすを使う。
- ・車いす（座位保持装置）の修正を適時行う
- ・生活内での姿勢に注意する（臥位、座位、ADLなど）
- ・体幹装具の使用



不良姿勢による影響

- ①呼吸への影響
- ②全身筋緊張亢進の変化
- ③関節拘縮、褥瘡の発生
- ④咀嚼・嚥下機能への影響
- ⑤不快感からの精神的緊張
- ⑥その他（内臓機能などへの影響）

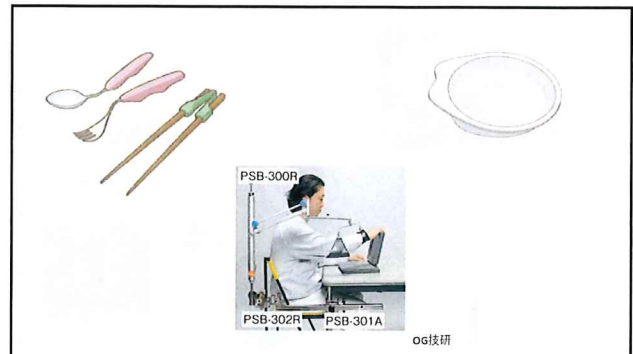
大淵哲也 氏 講習会より



③呼吸管理が必要になる時期

行いにくい動作を補えるよう工夫する。
人工呼吸器をうまく使用する。

- ・車いす（座位保持装置）の修正を適時行う
- ・環境制御装置などの支援技術をうまく利用する。
- ・身体の機能を最大限生かすようにする
- ・肺や胸郭の柔らかさを維持する（徒手やNPPVの活用）



人工呼吸器やカフアシスト（排痰補助装）などの利用

3. 「環境整備」や「福祉用具の活用」

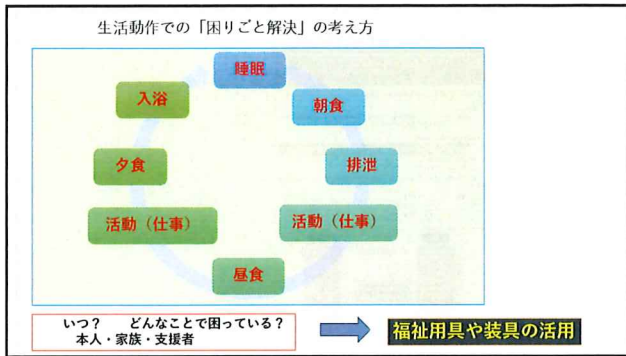
「補装具」「福祉用具」とは？

**何らかの事情で、生活に支障がある
方々を助けてくれるもの**

現在、「日常生活用具給付」、「補装具」は障害者総合支援法で対応。

生活環境を変え、困りごと解決！

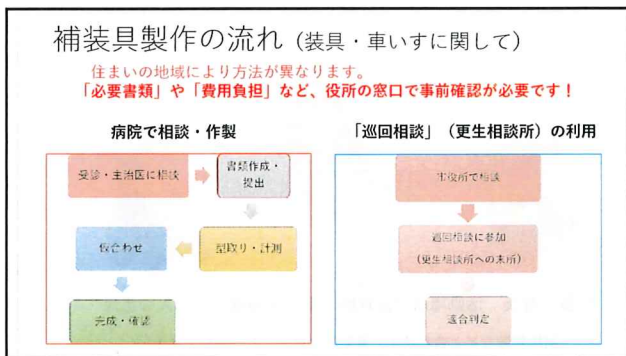




「補装具」 失われた身体部位や、損なわれた機能を代償したり補う為に給付される

障害と補装具の種類	
障害の部位	補装具の種類
視覚	義眼・眼鏡・視覚障害者安全つえ
聴覚	補聴器・人工内耳（人工内耳用音声信号処理装置の修理のみ）
肢体不自由	義肢・器具・歩行補助つえ（T字杖・柵杖のものを除く）・車イス・電動車イス・歩行器・高位保持装置
肢体不自由	（18歳未満のかたのみ） 高位保持イス、転落保持具、頸部保持具、排泄補助具
心臓・じん臓・呼吸器	車イス・電動車イス
肢体不自由かつ言語機能障害	重度障害者用意思伝達装置

引用：厚生労働省 HP改定



- 「知っておきたい」ポイント
- ①耐用年数があります
(例) 短下肢装具 3年

 - ・修理は申請で可能
 - ・足の形も変わる
 - ・ベルトなどの素材が痛む
 - ・劣化がある

②日常生活で必要です

 - ・尖足予防
 - ・足部の変形を予防
 - ・足に体重が載せやすくなる
 - ・傷や打撲から防ぐ
- 前回作製の装具があると、現用品の修理などの際、助かります！

車いすで困ることは？

使用者の困りごと

- 長く座るとお尻が痛い
- 腰が痛い
- 身体が傾く、勝手に動く
- 自分で移動したい
- 自分で操作したい
- 座って食事がしたい

等

介助者の困りごと

- お尻が前にずれる
- 身体が倒れる
- 乗り移りにくい
- 足をよくぶつける
- 車に乗せたい
- 外に行ったときに寝かせたい

等

お尻が前ずれした姿勢では・・・

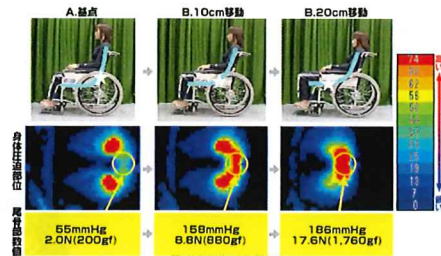


図3 姿勢の変化と圧分布

大塚氏等 HP 両側に力する圧を2カ所と定規

車いす

車いす = 車 (移動) + いす (座る)

購入・作製時のポイント

だれが

どのような状態で (本人の意向、身体機能)

どこで

屋内、屋外、施設内、学校 etc.

何のために

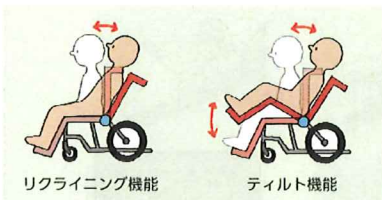
使用場面 (食事、TV鑑賞、読書 etc.)



車いすの種類

- 自走用
(標準型、モジュール、レバー駆動型、オーダー)
- 介助用
(標準型、リクライニング機構付、ティルト機構)
- 電動式
(ジョイスティック型、ハンドル型)

「リクライニング」と「ティルト」



- 臀部の除圧
 - 姿勢変換
 - 座位姿勢での休息
- 必要に応じて使います

引用：国際福祉機器展テキスト

クッションの種類



「ウレタンクッション」
(タカノ 車いす用クッション)



「ゲルクッション」
(ケープ デュオジェルクッション)



「エアセルクッション」
(アビリティーズケアネット ロボクッション)



「全自動空気圧切り替え」
(molten パワークッション)

座位保持装置完成用部品

車いすを使用する環境

自宅内では

- ・段差：敷居、玄関、玄関前ポーチ等
- ・通行幅：廊下の幅（駆動に必要な幅を含む）等
- ・回転半径：居室や寝室での取り回し
- ・床の強度：電動車いす等の重量を考慮する

図12-31 自走式の車いすの
動き回転スペース



屋外では

- ・移動や使用場所の床面の形状
- ・交通手段（車両など）



電動ベット

(困りごと)

- ・布団で寝るのは体が痛い
- ・夜、上手く寝られない
- ・床から体を起こすのが大変
- ・介助の際に腰が痛い等



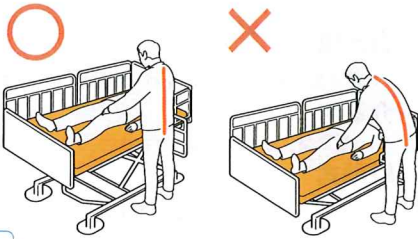
一つの動き⇒1モーター



「頭」：背上げ
「足」：膝上げ
「たかさ」：昇降



昇降機能



介護者の腰を守ります

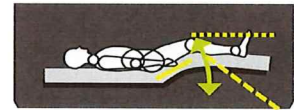
引用：日本介護工学学会誌第5号

背上げ・足上げ機能

「背上げ」：ベット上姿勢保持、
起き上がり動作の補助等



「足上げ」：「膝を上げる」、
「下腿全体を上げる」設定あり。
必要に合わせて選びましょう。



(ポイント) ・身長などでベットの曲がる部分がフィットするかを確認しましょう。
・「背上げ」と「足上げ」が運動で動くものが必要か確認しましょう。

ベット操作の基本的



①ずれ防止

「座位」への操作は
「足→背→足→背」

③違和感の解消

背上げ→水平臥位に戻す際
「時間をかける」「腰の回旋動作」

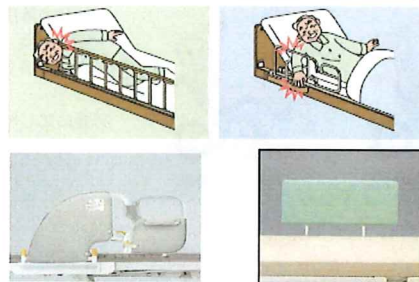
②背抜き

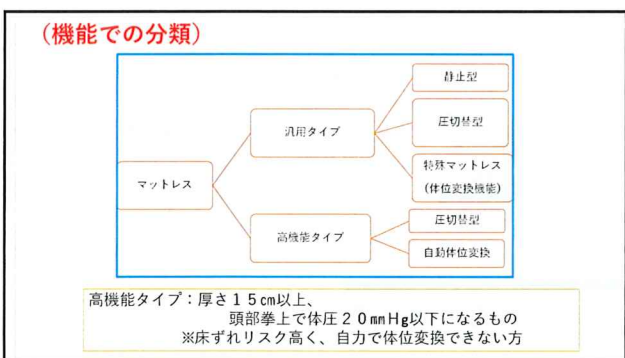
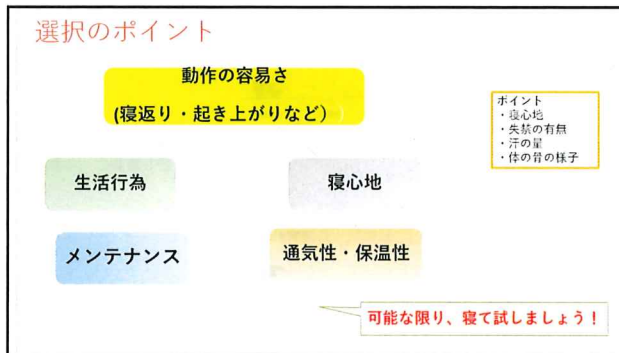
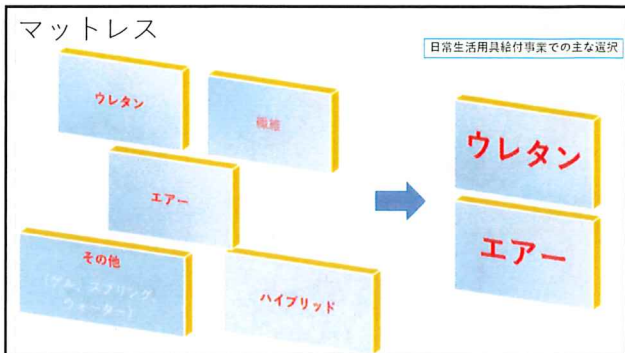
背上げ後は、
必ず「背中を浮かす！」

④起き上がりでの利用

「背上げ機能を利用」

(補足) 手すり事故と対策





(参考) じょくそうに関連してのマット選び

褥そうステージ

(ステージ)	(選定のマットレス)
軽度リスク (無、I度・II度)	体圧分散マットレス 圧切替型エアマット
中等度・高度リスク (III度・IV度)	圧切替型エアマットレス 高機能エアマットレス

リスク度 (OHスケール参照)

(OHスコア)	(選定マットレス)
1～3点	汎用マットレス
4～6点	高機能エアマットレス 体位変換機能系マットレス
7～10点	高機能エアマットレス 体位変換機能系マットレス

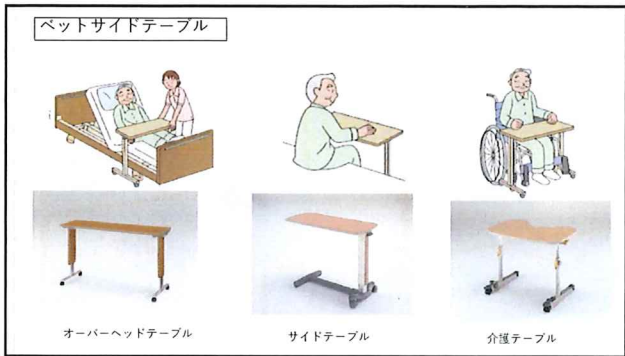
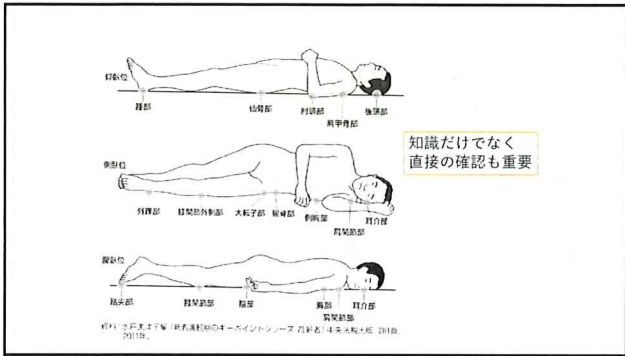
テクノエイド協会「福祉用具支援論」



オスカーは体圧分散式マットレスに求められる
8つの特性を備えています。

体圧分散式マットレスに必要な特性には、①体圧分散性能 ②除圧性能 ③ずれ力対策 ④寝心地 ⑤座位安定性 ⑥むれ対策 ⑦ひえ対策 ⑧体位変換の8つがあります。オスカーは8つの特性を備えた高機能エアマットレスです。

基本特性	QOL特性	+α
① 体圧分散性能	④ 寝心地	⑧ 体位変換
② 除圧性能	⑤ 座位安定性	●自動体位変換
③ ずれ力対策	⑥ むれ対策	●体位保持
●持ちつき ●圧抜き	●好みの かたさ ●触感	
	●座席位の 安定性 ●介護時の 安定性	



体位変換器

「体位変換器（兼ポジショニングクッション）」

- ・用途に応じて、種類や形などを選ぶ
- ・ベットマットとの組み合わせを考える

「スライディングシート」

- ・用途に応じて、種類・形・大きさを選ぶ

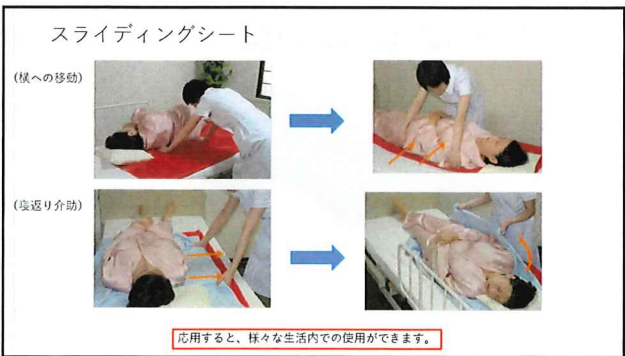
体位変換器

ウェルビーHC

おむみん

何が違う？

タオル類	市販クッション	ポジショニングクッション
<p>(利点)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どこにでもある ・利用しやすい ・洗濯しやすい <p>(欠点)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎回のセットが必要 ・使用するものが多い ・形状が変化しやすい 	<p>(利点)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手に入りやすい ・好みの大きさ、デザイン ・価格が安い ・ある物が利用できる <p>(欠点)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・長期利用しにくい ・洗濯しにくい ・形状が変化しやすい ・再現しにくい 	<p>(利点)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・へたれが起きにくい ・身体形状に合わせやすい ・再現しやすい ・圧分散性能が高い ・洗濯できる <p>(欠点)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・価格が高い ・そろえる費用がかかる



スライディングボード



リフト

移乗や移動での支援に利用。

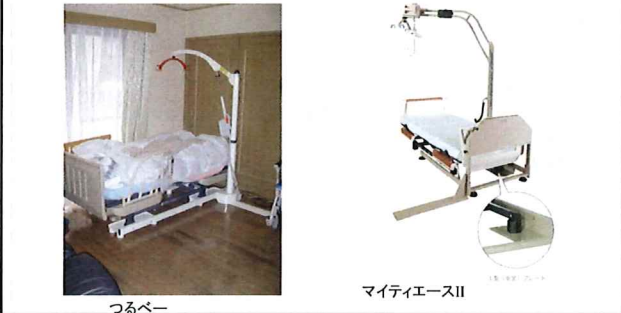
①床走行式、固定式、据え置き式、天井走行式 など
 (「住宅改修」「移乗移動支援用具」「移動用リフト」など)

②リフトするには「吊具」が必要
 (「入浴用担架」「移乗移動支援用具」「入浴補助用具」など)

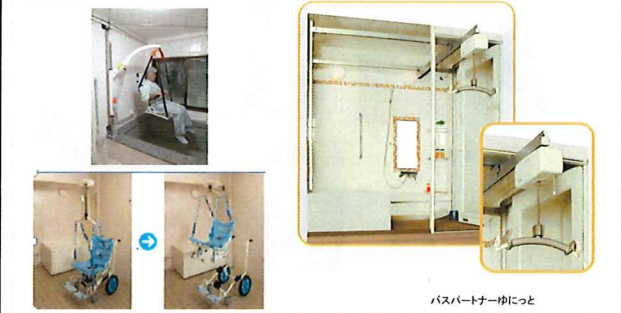
ポイント

- ・設置場所や吊具の種類を選ぶことで、介護負担を減らせる
- ・安全で安楽な移乗などを提供できる

ベッド用固定式リフト



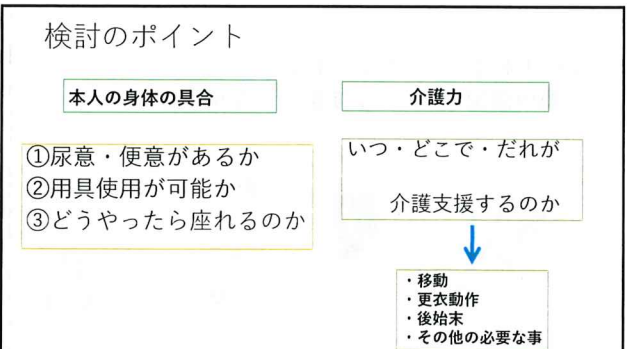
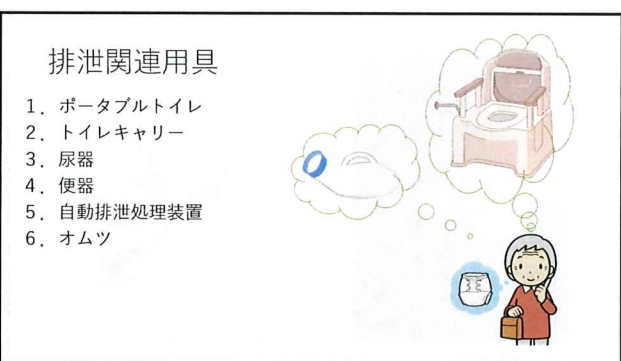
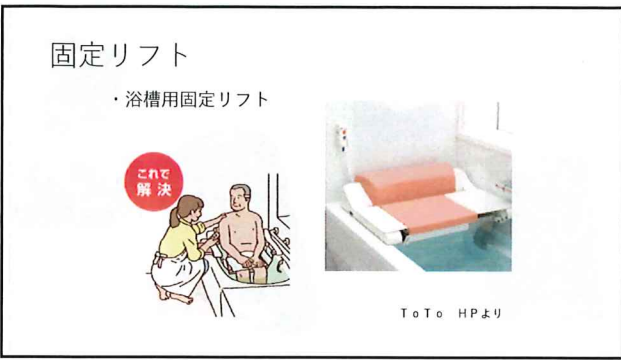
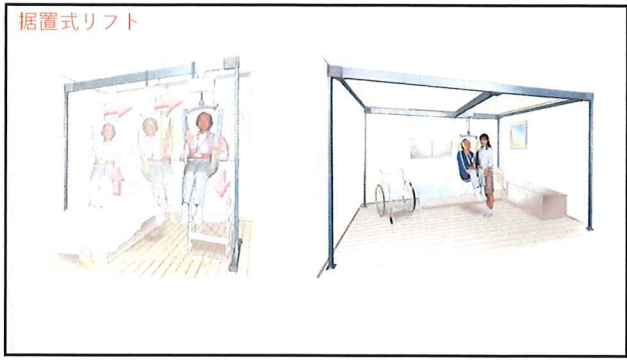
浴槽用固定式リフト



吊り具

- ①ベルト型 ②シート型
 ③脚分離型 ④いす型 等がある





スタンダード型 コモードタイプ 木製いす型



(特徴)

- ・プラスチック製
- ・移動しやすい
- ・丸洗い可能

(特徴)

- ・移動しやすい
- ・掃除が行いやすい

(特徴)

- ・室内で違和感が少ない
- ・安定感がある
- ・移動させにくい
- ・汚れが取りにくい

尿器



(ポイント)

- ・男性、女性で形状が異なる
- ・臭気、尿量などに配慮を要す
- ・どのように使用するのかで、種類を選択する必要がある。

便器



(ポイント)

- ・便意あるが、座位が取れない
- ・材質のちがいによる配慮が必要


自動排泄処理装置



「マイレット 爽」

「スカットクリーン」

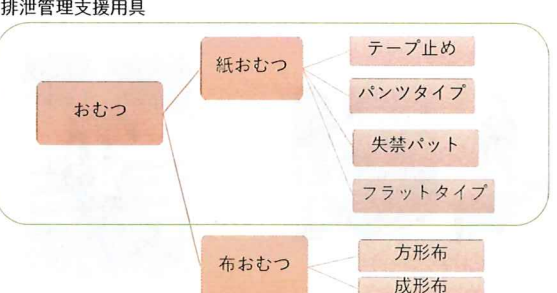
「ヒューマニー」



尿吸引パッド

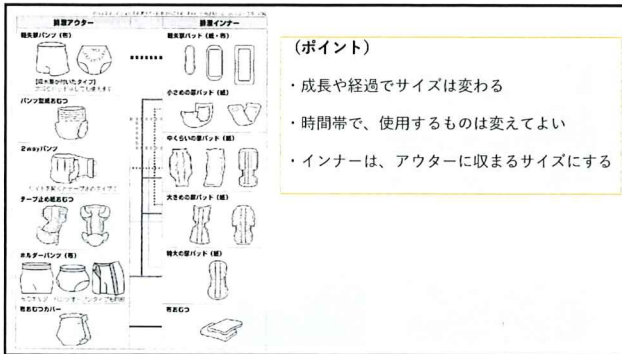
男女共用 男性用

排泄管理支援用具



```

    graph LR
      A[おむつ] --> B[紙おむつ]
      A --> C[布おむつ]
      B --> D[テープ止め]
      B --> E[パンツタイプ]
      B --> F[失禁パット]
      B --> G[フラットタイプ]
      C --> H[方形布]
      C --> I[成形布]
  
```



- (ポイント)
- ・成長や経過でサイズは変わる
 - ・時間帯で、使用するものは変えてよい
 - ・インナーは、アウターに収まるサイズにする



福祉車両購入・活用のポイント

(購入前)

- ・福祉車両の説明、取り扱いができる販売店を探しましょう
- ・駐車スペース、乗車方法の検討をしましょう

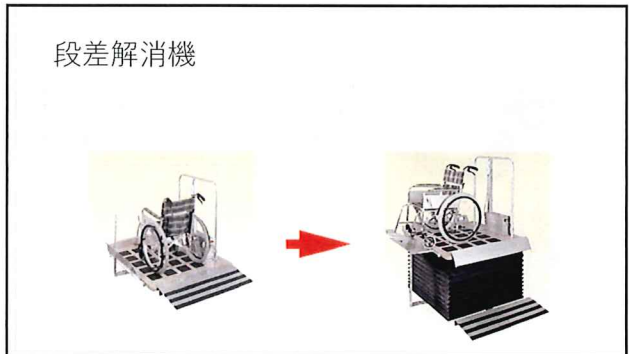
(購入にあたって)

- ・実際に試乗しましょう。また、乗車支援をしてみましょう。
- ・走行での乗り心地や運転しやすさも大切です。
- ・購入費用や維持費の減免を最大限利用しましょう

(その他)

- ・家族みんなで乗れるのか、必要な荷物が入るか。
- ・必要な機能と、時期で購入計画を立てましょう。

(参考) 一般社団法人日本自動車工業会「はじめての福祉車両ガイド 2019 - 2020」



(余談) 臥位ポジショニング、体位交換

- ・半側臥位は30度
- ・体交は2時間ごと
- ・仰臥位、側臥位などのローテーション体交
- ・できるだけ隙間なく、クッションなどを詰める
- ・褥瘡リスクには、すぐにエアマット導入
- ・尾骨、坐骨などの創対策は円座を併用

→ これらの指は、変わってきています。自身に合うものの検討が必要です。

実際の体位交換

- ①実現可能な組み合わせ
(介助者の体交。マットレス機能。
ポジショニング。)
- ②介助者の能力に応じた方法の選択
- ③個人や生活歴でリスクの目安は異なる
(身体への適応)
- ④生活リズムでの違い



介助方法

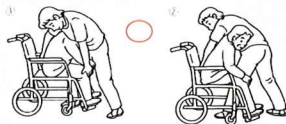
図12-21 姿勢修正のしかた①



図12-22 姿勢修正のしかた②



図12-23 前から介助する方法



事例

Aさんとの関わり

診断名：進行性筋ジストロフィー（デュシャンヌ型）

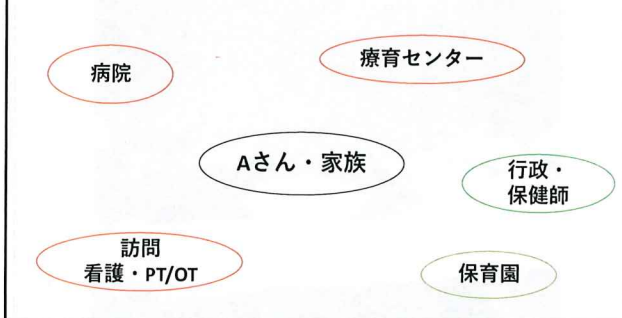
（訪問リハビリ利用のきっかけ）

病院の外来リハビリより紹介あり

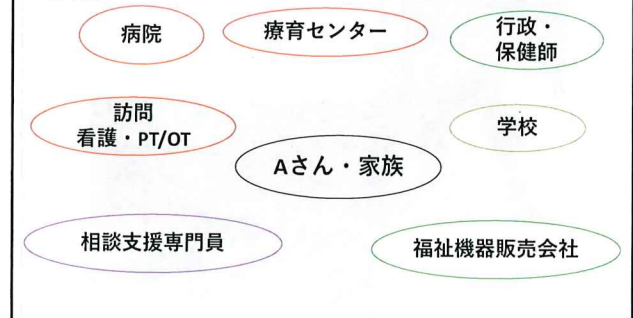
小学校への進級に合わせ、生活スタイルが変わるため
自宅でのリハビリ希望。

訪問当初は、他の介入サービスなし。

リハビリ開始当初



学生時代



現在



（連携・環境整備・支援の一例）

- HO.4 訪問開始（不定期）。学校教員との会議。
帰宅時間の問題あり、数か月後、他ステーションにサービス移行。
- HO + 1.10 再度引き継ぎの依頼あり、訪問再開。
- HO + 2.2 小学校担任と電話連絡。学校での活動量や座位姿勢の相談行う。
9 車いすチェックアウト行い、修正助言。
12 臥位ポジショニングに関し、支援。
- HO + 3.4 学校の家庭訪問時に担当者会議。
・情報共有を図る。iPad利用開始
- 7 担任教諭と会議
・身体機能とリハ内容に関して。
- HO + 5.7 相談支援専門員の介入開始
- HO + 6.2 リフト利用検討し、業者連絡
2 ヘルパー支援での入浴介助方法を検討。環境整備。
4 家庭訪問時に教諭と面談
7 ショートステイ利用検討。利用施設の相談員と面談し、情報交換。

(リハビリプログラム)

全身調整、ストレッチ、関節可動域訓練、
胸郭 ストレッチ、各種の姿勢検討、
家族指導・助言、環境整備、他機関との連携。

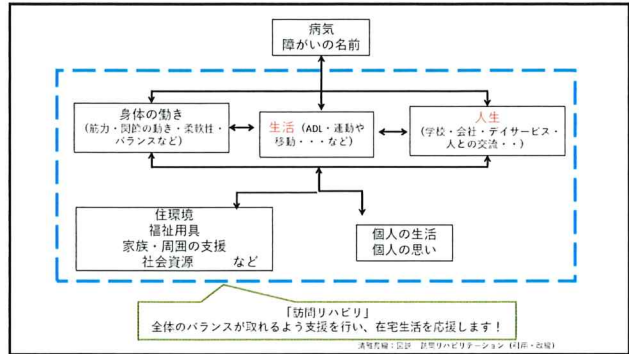
(1週間の生活)

(介入初期)

月	火	水	木	金	土	日
学校 (訪問リハ)	学校	学校 (訪問リハ)	学校	学校 (訪問リハ)	家族	家族

(現在)

月	火	水	木	金	土	日
・通所 ・ヘルパー ・訪リハ	・通所 ・ヘルパー ・訪看	・通所 ・ヘルパー ・訪リハ	・通所 ・ヘルパー ・訪リハ (看護)	・通所 ・ヘルパー ・デイ ・訪看	・通所 ・ヘルパー ・訪看	・通所 ・ヘルパー ・訪看



資料提供：公益 財団法人リハビリテーション (RIF・社協)



**福岡市介護実習普及センター
ふくふくプラザ**

〒810-0062
 ・福岡市中央区荒戸3丁目3-39
 福岡市長福祉プラザ
 ・(愛称：ふくふくプラザ) 3階
 ・TEL:092-731-8100
 FAX:092-731-5361
 ・メール：f_kaijen@fukuwel.or.jp
 ・開館時間(展示場)：午前10時～午後6時
 休館日：毎月第1、12月28日から翌年1月3日
 まで、毎月第3火曜日

※ただし第3火曜日が祝日の場合、翌日休館

**北九州市立介護実習・普及センター
福祉用具プラザ北九州**

〒802-8560
 ・北九州市小倉北区馬場一丁目7番1号
 総合保健福祉センター1階
 TEL 093-522-8721
 FAX 093-522-8771
 開館時間 午前9時～午後5時30分
 休館日 土曜日・祝日・年末年始

● バリアフリーアドバイザー派遣制度

高齢者、又は障がい者の身体状況にあわせて住宅改修を支援するため、住宅改修が必要な箇所や施工方法、介護機器の取付などについて、専門家（建築士と作業療法士または理学療法士のペア）を適切なアドバイスを提供いたします。
 バリアフリー改修工事を補助している方にご利用いただけます。

バリアフリーアドバイザーとして、調査・見積り及び作業療法士又は理学療法士の名を派遣しています。要請に応じて、どちらか1名が派遣可能です。

