

「リハビリテーションにおける運動イメージの有用性について」

・イメージする課題内容や想起能力に関する研究データから臨床応用を考える

運動イメージは、随意運動が困難な患者に対して身体的な負荷を増加することなく脳内で運動を再現できる有効な治療手段であり、実際の運動に類似する学習効果があるとされている。我々セラピストが運動療法をおこなう際、どのような治療内容にすることが患者様にとって効果的であるのかを常々考えている。当然、運動イメージを用いる場合でも同様であろう。効果的な運動イメージの課題内容については、動作そのものの複雑さ、関節運動の範囲、動かす身体部位、リズムの取り方、繰り返す回数、発揮する筋力などの要因を考慮することが必要である。また、他者がイメージを想起できているか否かを知ることは困難であり、運動イメージを想起する能力には個人差がある。この点についても配慮が必要である。

本講習会では、イメージする課題内容と想起能力に関するこれまでの研究データをもとに、運動イメージの臨床応用について考える。

前田 剛伸

・日常生活動作における運動イメージから臨床応用を考える

運動イメージは、スポーツや医療の領域で用いられており、運動技能の向上や運動機能回復の手段とされている。我々セラピストの治療場面では、基本動作や日常生活動作 (Activities of Daily Living ; ADL)、手段的日常生活動作 (Instrumental Activities of Daily Living; IADL) の改善を目的に介入する。その多くの動作は、単関節の運動ではなく複数の関節を制御することでおこなわれている。例えば、洗濯物を干す動作や棚の物を取る動作においても、手指の力をコントロールしながら物を掴み、肩関節や肘関節を動かす複合的な運動である。そのため、運動イメージをトレーニングとして用いる際も単関節運動だけではなく、より日常生活に即した運動の提示が必要となると考える。

そこで、今回これまで報告されている運動イメージに関する知見の一部を紹介しながら、上肢における複合的な運動を用いた我々の検討を解説する。

松原 広幸