

## 基調講演

身のまわり動作、生活関連動作における基本動作を考える

関西医療大学保健医療学部臨床理学療法学教室

鈴木俊明

昨年の1泊研修会のテーマは「身のまわり動作、生活関連動作を考える」であった。昨年の講演において、身のまわり動作、生活関連動作における問題点を解決する場合には、その動作に関連する基本動作を把握して、その基本動作を解決することが重要であると述べた。

リハビリテーションの目的は、患者のニーズを達成し、障害前の生活に戻すことである。患者のニーズは、「上手く歩けるようになりたい」や「ベッドから起き上がれるようになりたい」のような基本動作に関連すること、「自分でお風呂に入りたい」や「箸を使って食事がしたい」のような身のまわり動作に関連すること、「車を運転したい」や「買い物にいきたい」など個人の生活環境に影響する生活関連動作に関するものと多種多様である。

身のまわり動作、生活関連動作は多くの基本動作から構成させている。例えば、トイレ動作困難であれば、トイレに行く移動手段としての歩行ができない、便座に座っていることができない、便座から立ち上がることができない、立ったままでズボンをあげることができない、のように歩行動作、座位保持、立ち上がり動作、立位保持のような基本動作で構成されている。また、上肢は使えるが、お尻に手が届かないために後始末ができないような場合には、座位での側方への体重移動ができないことが問題として考えることが可能である。このように身のまわり動作、生活関連動作を考える場合には、問題となる動作が大変に複雑であることと、その動作を実際に観察できないことがあるために、問題となる動作がどのような基本動作で構成されているかを明確に把握することができるか否かが大切となる。この基本動作は、座位、立位、立ち上がり、歩行のような動作だけでなく、先ほどのトイレ動作でも述べたように、お尻に手がとどかないときには座位での側方への体重移動動作も含まれると考えることができる。このような基本動作から動的变化を生じた動作をここでは、広義の基本動作としたいと考えている。この広義の基本動作には、ズボンの着脱動作に関係するような片脚立位動作や服の着脱に関連する座位姿勢からの上肢挙上動作などが考えられる。

そこで、身のまわり動作、生活関連動作を考える場合には、基本動作の動作観察、動作分析ができることが大切となる。患者の基本動作を分析するためには、健常者と比較してどのように異なっているかを知ることが大切であり、そのためには正常動作の知識が重要となる。動作観察、動作分析の方法に関しては、本学会編集の書籍「臨床理学療法評価法（エンタプライズ）」を参考にさせていただきたいが、動作観察、動作分析が円滑にできるた

めには患者の動作を評価者自身が模倣することで、身体運動にどのような影響があるのかを感じる事が出来るか否かが大切であると考えている。これは評価者自身の動作観察、動作分析のセンスにも左右されるが、常に動作を模倣する習慣があるだけでも上達できるものと考えている。このように動作観察、動作分析を的確に行うことができれば、機能障害レベルの問題点も適切に抽出できる。実際の治療は、この機能障害について適切にアプローチして、動作を正しく誘導することができれば身のまわり動作、生活関連動作を構成する基本動作が改善することで、問題となる身のまわり動作、生活関連動作が解決することになる。