# 更衣動作　－座位における下衣の着脱－

岸和田盈進会病院　熊崎大輔　山内　仁

昨年度の一泊研修会ナイトセミナーでは、立位における下衣の着脱動作に着目し、動作中の体幹の運動・下肢筋活動の特徴・支持脚の足圧中心の変化について説明した。関西理学療法第 8 巻でも掲載しているように、下衣の着脱は日常誰もが行う動作ではあるが、他の日常生活動作のように他者が行っているのを目にすることはほとんどない。そのため、理学療法において下衣の着脱動作を指導する際には、理学療法士のイメージや自己の経験の要素が大きくなる。したがって、観察するという観点から下衣の着脱動作を確認する必要があり、その動作の中で問題となるものを基本動作に落とし込む作業を行う。

下衣の着脱動作は、パジャマから普段着へ、普段着から仕事着へというようにいわゆる「着替え」という場面で用いられる場合と、入浴やトイレのための「脱ぐ」や「穿く」という場面で用いられる場合がある。特にトイレ動作に関しては、トイレに行く時間を設定することは困難で介助を要する場合には介助者の負担にもなる。片麻痺を呈する症例がトイレ動作のために下衣の着脱を行う場合を例に挙げ、姿勢と下衣着脱動作について考える。症例は、手摺りの把持なしでは立位姿勢の保持が困難であると仮定する。この場合、安全な動作を行う場合、介助者が下衣の着脱を介助するか、立位姿勢保持を介助するかが考えられる。しかし介助者がいない場合、まず安全に下衣の着脱動作を行う場合には座位で行うという、安全な姿勢をとることが考えられる。安全面から考えると座位で行うほうが転倒の危険性は少ないが、座位で下衣の着脱を行うための運動要素、特に下衣の裾から足先を抜き出したり、通したりする際の体幹や下肢の運動機能はどの様なものが必要だろうか。安全ではあるが難しい動作になっていないだろうか。

そこで今回、更衣動作中の姿勢を座位として、矢状面から観察した下衣着脱時の骨盤の後傾角度の違いによる腹筋群の筋活動の特徴について筋電図学的に検討した内容について説明する。