

ナイトセミナー「洗面動作について考える」

医療法人社団 石錠会

後藤 淳 末廣 健児 石濱 崇史

洗面動作は、洗顔・歯磨き等、身体の清潔を保つ為に行われる、いわば「みだしなみを整える」動作であるといえます。これらの動作が自立する、すなわち「自分できれいにできる」ということは、その方の QOL の向上に大きく関与すると考えます。

今回のナイトセミナーでは、手洗い動作に着目します。ADL の中では、食事や排泄等々の行為がありますが、みなさんは手洗い動作の改善に向けたアプローチを実施したことがあるでしょうか？…ここで考えてみてください。私たちは朝起きてから寝るまでに何回手を洗っているでしょうか？また、どのようにして洗っているでしょうか？一方、片麻痺患者様はどんなふうに行っているでしょうか？両手で洗えていますか？石鹸を泡立てていますか？タオルでふき取れていますか？その手は清潔をしっかりと保っているでしょうか？…よく考えてみると、汚れがひどいなどの場合を除いて、予想以上に無意識的に行うことが多い動作であると思います。しかしながら、デートしている時を思い出してみてください。お互い手同士を握り合った時のことを…緊張のあまり汗をかいたり、どきどきして硬くなったこともあったり、あるいは、慣れてくると手を絡めたり…徐々に手から相手のいろいろな情報が得られるようになったのではないのでしょうか？…でも、手を擦り合わせたことはあまり無いですね。

手洗い動作は、基本動作要素として「上肢を用いた両側性の動作」であるということが言えます。その中で、今回は両上肢での「手を擦り合わせる運動」に着目し、実際にはこんなふうを感じるのではないかという模擬動作を体験していきながら、治療に結び付けていける要素や、他の日常生活動作へ展開していくにはどうすればよいかについて、みなさんと一緒に考えていきたいと思えます。