

身のまわり動作と生活関連動作を考える

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

リハビリテーションの目的は、患者のニーズを達成し、障害前の生活に戻っていただくことである。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」といった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」といった身のまわり動作に関連すること、「車を運転したい」や「買い物にいききたい」など生活を営むのに重要な生活関連動作に関すること、と多種多様である。

身のまわり動作、生活関連動作に問題点がある場合には、どのような観点から評価・治療していくことが大切であるかお話ししたい。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れている。例えば、身のまわり動作のひとつである「トイレ動作」が困難な場合には、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、といった問題がある可能性がある。これらのそれぞれの動作は、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、殿部に手が届かないために後始末ができない、という可能性も考えられるが、この場合、座位での側方への体重移動ができないことがひとつの問題と考えられる。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、問題となる動作が複雑である。また、困難を来している動作を実際に観察できない場合もあるため、問題となる動作がどのような基本動作で構成されるかを明確に把握することが重要である。ここでいう基本動作には、座位、立位、立ち上がり、歩行のような動作だけでなく、前述の「トイレ動作」における「殿部に手が届かない場合の座位での側方への体重移動動作」のようなものも含めて考えたい。すなわち、このように基本動作から動的变化を生じた動作を、広義の基本動作としたいと考えている。その他の広義の基本動作としては、ズボンの着脱動作に関係する片脚立位動作や、服の着脱に関係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、動作分析ができる必要がある。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である。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、動作分析を円滑におこなうには患者の動作を評価者自身が模倣することによって、身体運動にどのような影響があるのかを感じる大切である。これは評価者自身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動作観察、動作分析は上達すると考える。このように動作観察、動作分析が的確にできれば、機能障害レベルの問題点も正確に抽出できる。治療では、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、生活関連動作の問題が解決するのである。