

確認テスト

所属 \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_

生活支援技術【体位変換・移動・移乗の支援】

1) 移動介助の基本について、( )に入る適切な語句を一つ選びましょう。

自律と (  支援  自立  依存 ) を支える移動介助

2) 長期間の臥床により、食欲不振や筋力低下、褥瘡、関節の拘縮、起立性低血圧などを起こしている。この状態を何と言うでしょうか？

( \_\_\_\_\_ )

3) 「ボディメカニクスの8つの基本原理」とは何でしょうか？

① ( \_\_\_\_\_ )      ② ( \_\_\_\_\_ )

③ ( \_\_\_\_\_ )      ④ ( \_\_\_\_\_ )

⑤ ( \_\_\_\_\_ )      ⑥ ( \_\_\_\_\_ )

⑦ ( \_\_\_\_\_ )      ⑧ ( \_\_\_\_\_ )

4) 褥瘡予防について、( )に入る適切な語句を一つ選びましょう。

体位交換や座位時に (  拘束  圧迫  圧抜き ) をする。

5) 麻痺のある対象者を側臥位にする場合、( )に入る適切な語句を一つ選びましょう。

側臥位にする場合は、麻痺がある方を (  上  下 ) にする。

6) 対象者がT字タイプの杖を健側に持った場合、介助者がつくべき正しい位置を下記より選んで下さい。

- ① 健側後方      ② 患側後方      ③ 患側前方      ④ 健側前方

7) 車椅子介助の基本について、(    )に入る適切な語句を入れて下さい。

坂道や段差を越える際は、

昇りは ① (  前     後ろ ) 向き

降りは ② (  前     後ろ ) 向き

で、ゆっくり一定のスピードで進む。

確認テスト 解答・解説

1) 解答  自立

<解説> 移動介助では、「自己決定をベースにした精神的自立」と「残存能力を生かした身体的自立」を尊重することが大切である。自立している部分を少しでも増やすことができれば、それが自信に繋がり、精神的及び身体的自立のモチベーションが高まるため、身体能力の適切なアセスメントが重要となる。

2) 解答 生活不活発病

<解説> 廃用性症候群という言い方もある。病気やケガなどで必要以上に安静（臥床）が続き、体の機能で使うべきものを使わない時間が長くなると、運動機能や心肺機能、精神機能の低下や自律神経の障害などを起こす。

3) 解答 ① 支持基底面積を広くとる      ② 対象に近づく  
② 大きな筋群を使う                      ④ 対象者をコンパクトにする  
⑤ 利用者を水平に手前に引く      ⑥ 重心を低くする  
⑦ 足先を動作の方向に向ける      ⑧ てこの原理を応用する

<解説> ボディメカニクスとは、運動力学を応用して、体にかかる負荷を最小限にして、より大きな効果をあげること。例えば、体位変換は押すより引くほうが小さな力で済み、介助者の負担、対象者の不安が軽減する。なお、スライディングシートなどの福祉用具の活用も、負担軽減に有効である。

4) 解答  圧抜き

<解説> 圧迫が生じると循環障害が起こり、その部分が壊死して褥瘡が発生する。また、摩擦や不潔、湿潤、低栄養などが原因となる場合もあるため、その予防にはトータルケアの視点が必要。

5) 解答  上

<解説> 麻痺側は循環が悪いため、下にすると血行障害を起こしやすくなる。脱臼や骨折する恐れがあり、痛みを感じないために発見が遅れてしまう場合もある。

6) 解答 ② 患側後方

<解説> 介助者は対象者の患側後方につき、患側の手に介助者の手を回して軽く支える。また、腰ベルトを着用している場合は、腰ベルトを後ろから持って、患側の肩を軽く支える。いずれの場合も、バランスを崩した際は瞬時に対応できるように注意する。

7) 解答 ①  前 ②  後ろ

<解説> 特に降りは、対象者が進行方向と逆向きになっているため、不安にならないように声をかけるなど、気持ちに寄り添った介助を心がける。