

広報紙

老健まんだ

平成27年5月号 Vol.31 / 奇数月20日発行

やさしいスタッフと
北山を彩る四季折々の自然の中
皆様の家庭への復帰をサポートします。
施設の見学やご利用については
お気軽にご連絡下さい。



発行元 / 社会福祉法人ほのぼの会 介護老人保健施設まんだ
〒691-0033 島根県出雲市万田町535番地1 (TEL0853-63-5610)

リハビリ機器の紹介

～スライディング・ボード～

滑りやすい材質の薄い板状で、ベッドと車椅子の間の移乗時に使用します。

立ち上がる力が弱くなったときなどに、座った状態のままボードの上を滑って移動することができます。



スライディング・ボード

片麻痺のある方の体操メニュー

片麻痺（脳出血や脳梗塞などで左右どちらかの上下肢が麻痺する。両方に起こる人もいる）は、上下肢が動きにくくなり、歩行障害や日常生活動作の障害になります。

今現在、片麻痺になっておられる方にとって、少しでも動きが良くなって欲しいと願っておられる方は多いと思います。

また、動きが悪いと肩や手指に痛みが出てきたり固くなって拘縮をきたす場合が多くみられます。そのことによって、動き以上に日常生活に支障が出ます。

そこで、日々の体操が必要となってきますのでここで紹介します。

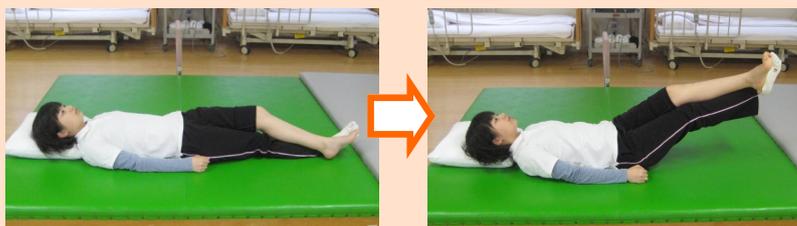
片麻痺の程度によって体操は異なりますが、肩、肘、手指を自分で動かせる人は動く範囲をゆっくりと動かしましょう。自分で動かさない人は、良い方の手・足を使って補助して動かしましょう。毎日の繰り返しがその後の動きや痛みに影響することがあります。

1. 上肢の介助での挙上運動



健側の手で患側を持ち上げます

2. 下肢の介助での挙上運動



健側の足で患側を持ち上げます

※写真の例は、左半身麻痺の方の場合です。

3. 手指の介助での屈伸運動

