

ゆずる通信

平成28年4月1日

NO.31

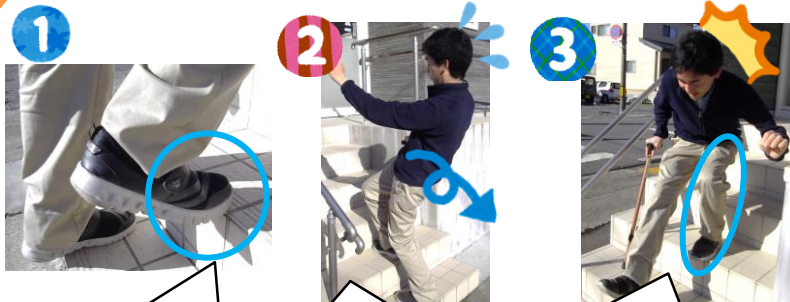
皆様の温かいご支援の下、今月で当事業所は4年目を迎えることができました。
今後とも地域のお役に立てるよう頑張りますのでよろしくお願い致します！



安全な階段昇降の介助方法

今月は歩行介助の応用編として安全な階段昇降の方法をお伝えします。

【階段昇降の危険な場面について】



1 足が十分にかからず踏み外してしまう！

2 階段からの転落は大ケガに！

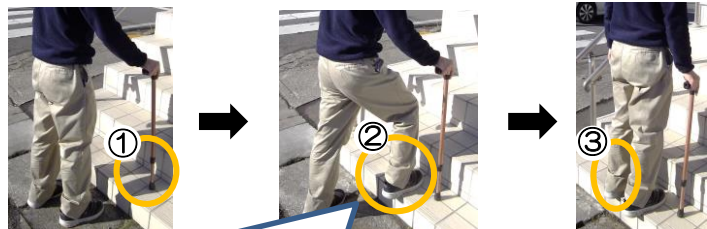
3 悪い方の足では体を支えきれない！

【介助方法のポイント！】

- ① **できるだけ近い位置で介助する**
→常に手を添えておくと安心
- ② **1段下がって支える**
→転落を防ぐため下から体ごと使って支える
- ③ **足を出す順番を知る！**
→昇る時は**良い方**から出す
降りる時は**悪い方**から出す

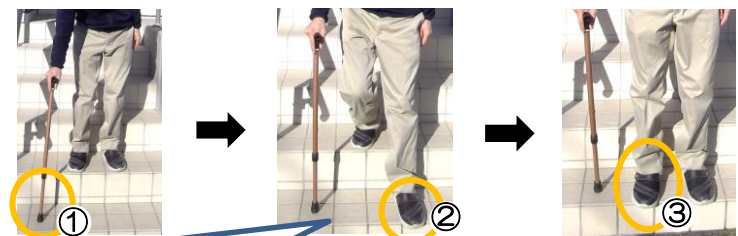
【介助方法について(今回の設定：[右]良い方の足/[左]痛みや麻痺のある足)】

昇る



《足の出し方：杖→**右足**→**左足**》
★**良い足を先に出す！** (体を持ち上げる力が必要なため)

降りる



《足の出し方：杖→**左足**→**右足**》
★**痛みや麻痺のある方の足を先に出す！**
(良い方の足で体を支えながら降りるため)

※介助方法は一例です。後ろ向きや四つ這いで昇り降りする方法もあります。
今回は杖のみですが、手すりがある場合は手すりを使用したほうが安全です。