

安全な歩行介助の方法について

今月は安全な歩行介助の基本をお伝えします。
あくまで一例ですがご参考ください。

1 基本編 [※今回の設定：[右]良い方の足/[左]痛みや麻痺のある足]

踏ん張りのきかない左足で
身体を支えるためには…



痛みや麻痺がある足と
反対側に持つ

杖



※介助の一例

- わきの下に手を通して支える
- 腰やベルトを支える

介助者

介助のポイント

1. 相手の歩幅やリズムに合わせる
! 無理に引っ張るとバランスが崩れる
2. リズムが崩れてきたら休憩をとる
! 足が出づらく転びやすくなる
3. 杖を持っていない側に立つ
! 痛みや麻痺のある側にふらつきやすい
4. いつでも支えられる近い
位置で介助する

2 事前にチェック♪

1. 床, 通路

- 濡れて滑りやすくなっていないか?
- コードやカーペット等、
つまずきそうな物はないか?



- コードは壁際にまとめる
- カーペットの端をピンで留める

2. 衣類

- 靴や靴下は滑りやすく、
脱げやすくなっていないか?
- ズボンの裾が長く、引っかかり
やすくなっていないか?



- 靴底のすり減りをチェック
- 滑り止め付きの靴下を履く



豆知識 ～転ばぬ先の杖になっていますか??～



- 杖のゴムがすり減っていると
滑って危ないです!
- 福祉用具を取り扱っている
お店でゴムの取替えを!



- 固定ネジはゆるんでいませんか?
- 杖の高さが急に変わるかも…
時々チェックしてください!

※病気の症状や身体能力によって介助方法は異なります。お気軽にご相談下さい。