

## 楡の会でのPT介入の実際～効率的な運動に向けて～

ハビリテーション課

理学療法士 渡辺 綾

中野 由子

### 1.はじめに

理学療法 (PT=PHYSICAL THERAPY) では、乳児期～学童期には運動機能の獲得や発揮、家庭生活の支援 (障がい受容も含めて)、保育所や学校への参加支援を行っており、学童期以降はこれらに身体機能の維持、側弯や関節拘縮などの二次障がいの出現予防、介護負担軽減への介入が加わる。また、常に生活空間の環境整備や関わりについてのアドバイス、関係機関との連携も重要である。初めて医療機関に関わり初めて療育を始めるお子さんや家族と最初に出会う専門職となることも多く、安心して過ごせる在宅生活・地域生活への参加を支援している。実際にPTがどうやってセラピーを行っているかについて、実技を交えながら報告を行った。

### 2.楡の会でのPT介入の実際

運動発達の支援では寝返り・四つ這い・歩行などの移動手段の獲得、座る・立つなど姿勢の安定に向けて介入しており、必要に応じて杖や歩行器・車椅子導入の検討を行っている。

個別介入で姿勢コントロールでは、まず観察・触診のほか身体を他動的に動かして姿勢や運動を評価、姿勢筋緊張やパターンを分析し、効率的な姿勢や運動に向けて十分に考察しながら行っている。その上で介助する手の力の入れ具合や方向などで姿勢や運動をコントロールしながら運動を促し、患者さんの身体が軽く動かせるようにすることで患者さん自身が自分で動かすようになり、介護へも協力できるようにアプローチを行っている。

より重い障害をもつ方たちには呼吸状態の悪化に対して痰の排出や呼吸介助、呼吸しやすい姿勢の検討、呼吸や姿勢に対するケア (生活で継続できるように支援) も重要である。呼吸は肺を動かす運動であり、効率的に肺を動かすことが大切で

ある。また重力を利用した排痰など、ポジショニング (生活の一部として24時間365日継続) が不可欠である。

PTの大切な役割として補装具作製への介入があり、家庭や学校・園での生活に必要なものを作製、姿勢や使用方法の検討やアドバイスをを行っている。PT介入で得られた効率の良い姿勢や運動を日常生活の中で保つように補装具を提案しているが、使い方 (使用場面・使用時間・角度など) によって効果の発揮に違いが大きく、日常関わる家族やスタッフの理解が非常に重要になる。

患者様たちは効率的な運動への阻害因子をもっており (個人差が大きい)、それぞれにも介入を行う必要がある。単に「かたいから」「動かないから」介入しているのではなく、すべて「効率的な運動」につながるよう介入を進めている。

「効率が良い運動」は疲れにくく、長時間持続することが可能である。発達の中で試行錯誤を繰り返して学習した結果であり、日常的に無意識の中で私たちがする運動は比較的効率が良い。しかし、楡の会の患者様たちは「正常発達を経験していない」「経験していてもわからなくなった」などで運動の正解がわからず、できない部分を誤魔化しながら発達を遂げてきている。したがってPTでは正解に近づける (より効率的な運動へ) 運動学習を進めている。

### 3.まとめ

効率的な運動を促す個別介入の時間だけでなく、日常生活での配慮が非常に重要である。常に患者様の傍でADL面の介護や遊びを行っている家族やスタッフとともに、適宜相談しながら身体・運動面への配慮や管理を行うことが大切と考えている。