

「身体機能の変化から見たパワーリハビリテーションの運動特性について」

発表者 障害者福祉センター厚和寮 長谷 敏彦
共同研究者 障害者福祉センター厚和寮 宮城 博美

1. 問題提起

パワーリハビリテーションとは老化や器質的障がいにより低下した身体的及び心理的活動性を回復させ、自立性の向上と質の高い生活への復帰を目指すリハビリテーションの一手法と定義されている。今回、この身体的活動性の回復に理学療法士が着目し、約2年間継続して測定・評価を行うことで実際に見られた身体機能の変化（機能向上・維持・低下）について報告する。また、その身体機能の変化からパワーリハビリテーションとはどのような特性を持った運動（身体機能向上に向けた運動なのか身体機能維持に向けた運動なのか等）であるのかを考察すると共に実施を通して生じた課題について報告する。

2. 目的

理学療法士の視点からパワーリハビリテーションを行うことで身体機能にどのような変化（機能向上・維持・低下）が生じているのかを握力・開眼立ち片足左右・ファンクショナルリーチ（安全のため座位で実施）・座位体前屈・time up and go test（以下TUG、安全のため平行棒使用）の測定結果を基に報告する。また、この測定結果を利用しパワーリハビリテーションの運動特性とその実施時に生じた課題について考察・報告する。

3. 方法

H20.5～H22.4までの間パワーリハビリテーションを実施した理学療法士1名が厚和寮内訓練室で同じパワーリハビリテーションマシン（ローイングMF・水平レックプレス・ヒップアダクション/アブダクション機・トorsoフレクション機）及び備品（握力計・巻尺・タイマー）を使用し、9名の握力・開眼立ち片足左右・ファンクショナルリーチ・座位体前屈・TUGを測定。その測定結果からH20.5、H21.4、H22.4の測定結果を抽出・グラフ化し各グラフ毎に身体機能向上・維持・低下に分類。この3分類群中他所での訓練・運動歴が無く、最も高いパワーリハビリテーション参加率の者を1人ずつ選抜しその測定数値の変化と訓練内容の変更等を記載。この3人の記載内容を比較することでパワーリハビリテーションの運動特性を考察する。

4. 成果・課題

成果としてパワーリハビリテーションは身体機能の維持的側面が強い特性を持つ運動であると考察されたこと。また、パワーリハビリテーションのみの継続実施により一定の身体機能向上を起こすにはある程度の期間が必要な運動と考察されたこと。

パワーリハビリテーションの継続に加えて障がい特性を考慮した個別訓練を行うことでより効果的な身体機能の向上が起きやすくなる運動と考察されたこと。

課題としてパワーリハビリテーションの測定項目（握力・開眼立ち片足左右・ファンクショナルリーチ・座位体前屈・TUG）が多く、通常業務を行いながら3ヶ月ごとの測定・評価を1人で行うには10人前後の利用者様しか受け持てなかったこと。

また、精神的疾患を持つ利用者様や運動機能に影響が現れる服薬がある利用者様の測定・評価が正確に行えていない可能性があること。

5. 参考文献

- 中村隆一，齋藤 宏，長崎 浩（著）：基礎運動学.第6版，医歯薬出版株式会社，2005.
- 篠原幸人他（編）：脳卒中ガイドライン 2009.脳卒中合同ガイドライン委員会
- 田崎義，昭齋藤佳雄（著）坂井文彦（改訂）：ベットサイドの神経の診かた.改訂 16 版，
南山堂
- 松澤 正 （著）：理学療法評価学.第2版，金原出版株式会社
- パワーリハビリテーション研究会(監)，酒井医療株式会社(作)
：パワーリハビリテーションハンドブック