

医療最前線

褥瘡とリハビリテーション②



理学療法士 松田 崇

褥瘡予防対策として「ボジショニング」と「シーティング」が重要になります。これらにより、骨盤の後傾と脊柱の後弯（骨盤が後方に倒れ、お尻が前方にずれる状態）が長くと続き、横になって寝ている状態と比較して床との接触面積が臀部（でんぶ）のお尻のみに限局しているため、集中的に皮膚を圧迫して褥瘡の発生要因になります。

褥瘡は、筋肉量が低下して痩せたことにより骨の突出が目立つ部位などを観察するといった日常生活上の対応も重要です。さらに、運動能力と活動性を維持しながら褥瘡の発生を予防するための各種福祉機器・褥瘡教育（クッションやマットレス、ボジショニングなどの除圧管や栄養の知識）などで、患者さんの意識と理解を深めていくように働きかけることも重要になってきます。

■日常生活における指導
その他、褥瘡に結びつきやすい擦過創（さつかそう）擦り傷のこと）を減らすためには、車椅子などへ移乗するときの動作の確認や、日頃から臀部や背部などを観察するといった日常生活上の対応も重要です。

■筋肉量の維持・増大は重要
褥瘡は、筋肉量が低下して痩せたことにより骨の突出が目立つ部位などに発生しやすいので、筋肉量を維持することも重要になってきます。

■ボジショニング
褥瘡の発生を予防する上で、ボジショニングは非常に重要な役割を果たします。ボジショニングとは、患者さんの緊張を緩和し、楽な姿勢を作り出すこと、つまり、関節の拘縮、褥瘡の発生・悪化を予防して、各部の相対的な位置関係を設定し、目的に適した姿勢（体位）を安全で快適に保持することをいう」と定義されています。

褥瘡予防対策として「ボジショニング」と「シーティング」が重要になります。これらにより、骨盤の後傾と脊柱の後弯（骨盤が後方に倒れ、お尻が前方にずれる状態）が長くと続き、横になって寝ている状態と比較して床との接触面積が臀部（でんぶ）のお尻のみに限局しているため、集中的に皮膚を圧迫して褥瘡の発生要因になります。

褥瘡は、筋肉量が低下して痩せたことにより骨の突出が目立つ部位などを観察するといった日常生活上の対応も重要です。さらに、運動能力と活動性を維持しながら褥瘡の発生を予防するための各種福祉機器・褥瘡教育（クッションやマットレス、ボジショニングなどの除圧管や栄養の知識）などで、患者さんの意識と理解を深めていくように働きかけることも重要になってきます。

■日常生活における指導
その他、褥瘡に結びつきやすい擦過創（さつかそう）擦り傷のこと）を減らすためには、車椅子などへ移乗するときの動作の確認や、日頃から臀部や背部などを観察するといった日常生活上の対応も重要です。

■筋肉量の維持・増大は重要
褥瘡は、筋肉量が低下して痩せたことにより骨の突出が目立つ部位などに発生しやすいので、筋肉量を維持することも重要になってきます。



【写真1】右はお尻が前にずれて背骨が過剰に接触している



【写真2】右は肩や腰のラインが平行ではない

しかしながら、入院患者さんにとっても褥瘡は、寝たきりになったり、深い悪循環を引き起こすかもしれないものなので、予防がとても大事です。

・褥瘡は、医療チームが準備と計画性を持って知識の共有や対応を行うことが必要です。理学療法士や作業療法士などのリハビリ専門職は、医療チームの中で褥瘡の予防や発生後のケアに重要な役割があります。

■まとめ
・入院患者さんにとっても褥瘡は、寝たきりになったり、深い悪循環を引き起こすかもしれないものなので、予防がとても大事です。

・褥瘡は、医療チームが準備と計画性を持って知識の共有や対応を行うことが必要です。理学療法士や作業療法士などのリハビリ専門職は、医療チームの中で褥瘡の予防や発生後のケアに重要な役割があります。

（梶川病院（広島市西区天満町）理学療法士 松田 崇）