



看護・介護職なら腰痛は仕方ない？

起き上がりや移乗の介助などは前かがみで、腰に大きな負担がかかる動作が多く、看護や介護に携わる方には腰痛でお悩みの方が多くおられるのが現状です。

「自力での移乗は危ないから、結局は人力で移乗させるしかない…」
「リフトなんて大がかりだし、難しそう…」とと思っている方へ、

自立移乗へのきっかけと安心安全な移乗のサポート、また、看護・介護に携わるすべての方の腰痛予防・改善のきっかけになれば幸いです。



監修

佐賀大学 医学部 地域医療科学教育研究センター 福祉健康科学部門 准教授
松尾 清美

近代車いすや福祉機器開発の第一人者。多くの福祉機器メーカーと研究開発を行い福祉機器の発展に寄与。車いすやベッド、移乗機器、移動用具などの特許は30を超える。また、1750軒を超える障がい者のための住環境設計を行うなど、30年に渡り障がい者や高齢者の自立(律)生活をサポート。車いすテニスを日本に広めた先駆者でもある。著書「障害受容はいのちの受容」など。

コネクト リハビリテーション 代表

山形 茂生

作業療法士。福祉用具プランナーやリフトリーダー研修会、移乗・移動に関する研修会など、数多くの研修会で福祉用具の活用に関して講師を務める。元別府リハビリテーションセンターリハ支援課 課長。NPO福祉用具ネット理事、日本リハビリテーション工学協会理事。



イラスト制作

きょうしろう

介護福祉士、介護支援専門員。おむつフィッター1級、チーム京都発起人。ブログ「排泄ケア情報局」執筆中。
(<http://www.haisetsu-care.com/>)

- 01 立位が安定しない 3
- 02 立ち上がりが大変 5
- 03 グリップがロックされていなかった 7
- 04 握力が弱くてロック操作ができない 9
- 05 ズボンをおろすのが大変 11
- 06 車いすへの移乗が大変① 13
- 07 車いすへの移乗が大変② 15
- 08 ボードを使うとすべり落ちる 17
- 09 抱え上げできない 19
- 10 座り込んでしまう 21
- 11 リフトのハンガーで頭を打つ 23
- 12 車椅子への着座が難しい 25
- ベッド用グリップ 27
- 床歩行リフト 28
- ベッド用グリップ「ニーパロ」の使い方 29

グリップがロックされていなかった

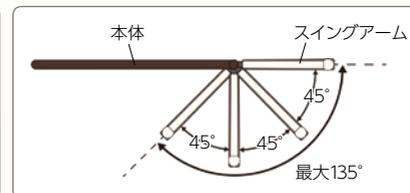


スイングアームのロックを確認しましょう



立ち上がる時にグリップが固定されていないと、手を挟んだり、転倒事故の原因になります。使用する前にロックがかかっているか確認しましょう。

◎ いいね!



ニーパロ+は、ロックを解除した後にスイングアームを動かすと、45°毎にスイングアームが自動的に固定されます。ロック忘れによる事故を防止し、安全に使用することができます。

ベッド用グリップに関わる事故

ベッドまわりの事故で一番多いのは、サイドレールやベッドとの隙間における挟み込みによる事故ですが、次いで多いのがベッド用グリップのスイングアームの固定がはずれて起こる、転倒や挟み込みによる事故です。

使用する前に確認するだけでなく、定期的に点検をおこなうよう心がけましょう。

ニーパロで解決!

ロックのかけ忘れ防止 ◎



グリップがロックされていなかった



握れなくても 操作できるグリップを使いましょう



指や手のひらで楽に操作できるユニバーサルデザインです。



- ① ニーパロ+はユニバーサルデザインのロック形状。
握力が弱った方でも、指や手のひらで楽にロック操作できる形状です。



- ② スイングアームを動かすと45度毎にスイングアームが自動的に固定されます。
これにより、ロック忘れによる事故を予防できます。

ニーパロ+ (プラス) のユニバーサルデザイン

できるだけ多くの方が使いやすいデザインであること。
これが「ユニバーサルデザイン」の考え方です。

ニーパロ+は高齢者をはじめ、病気や障がいのある方でも、少ない力で操作でき、操作方法がわかりやすく 簡単で、事故が起こりにくい設計で開発された、ユニバーサルデザインのベッド用グリップです。

ニーパロで解決!

簡単ロック操作◎



ズボンをおろすのが大変



ポータブルトイレ誘導



膝を支えて立位を安定させましょう



ひざをパッドにあてることで腕・膝・足の3点で身体を支えることができ、腕や足への負担が減り立位が安定しやすくなります。



ポータブルトイレに座るときも、膝をしっかりと支えることができるので、膝折れの心配も少なく安全に移乗できます。



ズボンをおろすのが大変



ワンポイント

車いすやポータブルトイレに移乗するときは、できるだけベッドに近づけましょう。サイドレール受けが収納できるベッドを使うと、車いすやポータブルトイレとの隙間を少なくすることができます。



ニーパロで解決!

スムーズな排泄動作◎



車いすへの移乗が大変 ①



ベッドの高さを調整しましょう



座位で移乗する時はベッドの高さを調整しましょう。

ベッドから車いすへ移る場合は、ベッドと車いすの座面の高さを水平かベッドの方をやや高くします。

足は移乗する先(この場合は車いす側)の方を前に出しましょう。



逆に車いすからベッドに移る場合は、ベッドの高さを下げ、ベッドと車いすの座面の高さを水平かベッドの方をやや低くします。

ベッドの高さを下げる際は、車いすを挟み込んでいないか、ベッドの下にもものがないかを確認しましょう。

ワンポイント

車いすのアームサポートやフット・レッグサポートが取り外せると、よりスムーズに移乗動作を行うことができます。



ベッドで解決!

安全な座位移乗 ㊟



車いすへの移乗が大変 ①



スライディングボードやシートを使いましょう

後方介助の場合



① 後ろに倒れないように注意しながら、ボードを左臀部の下に敷き、もう片方の端を車いすの中心位置に置きます。



② 車いすのアームサポートを握り、引くように促します。左臀部に体重を移動させ、右臀部を軽く押し、車いすへ移動させます。



③ 右臀部に体重を移動させ、車いすの奥まで移動させます。身体を左に傾けて、ボードを引き抜きます。

自立移乗の場合



ボードを左臀部の下に敷き、体重を左側に移して身体を車いすに移動させます。左臀部の滑りが止まったら、右臀部に体重を移して、車いすの奥まで移動します。その後、身体を左に傾けてボードを引き抜きます。

移乗支援用具で解決!

らくらく移乗◎



ボードを使うとすべり落ちる



膝を支えながら移乗させましょう



介助者の方が慣れていなかったり、座位が安定しない方や、円背で骨盤が後傾している方は、前方向にすべり落ちることがあります。

↓ ニーパロを使えば...



膝の位置にずれ落ち防止のパッドがあるので、安全に座位や移乗を行うことができます。

◎ いいね!

前方に支えがあるので、介助者の腰への負担が少ない「後方介助」を、安心して行うことができます。



ニーパロで解決!

前すべり防止 ◎



ボードを使うとすべり落ちる

抱え上げできない



全介助の移乗にはリフトを使いましょう



① 側臥位にしてスリングの中央を背骨に合わせ、身体に合わせて織り込みます。



② 仰向けにして身体の下からスリングを手前に引き出します。身体がスリングの中央にあることを確認します。



③ ハンガーに吊り具をかけ、吊り上げます。途中で肩やひじの圧迫を取り除くため、ひじを前方へ引き、圧抜きをします。また、大腿部のスリングのしわを伸ばします。



④ リフトを移動させ、車いすに着座させます。

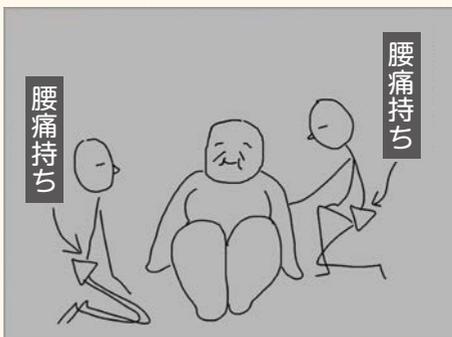
リフトで解決!

安全な移乗◎



抱え上げできない

座り込んでしまう



リフトは床からの持ち上げもできます



無理に力をいれると介助者の負担も大きく、本人の変形・拘縮の原因になるおそれもあります。

リフトを使えば...



介助者ひとりでも無理なく安全な移乗が可能です。

布団でお休みされている方の車いすへの移乗も楽に行うことができます。

ワンポイント

体幹を保持できる方の床からベッドへの移乗は、超低床ベッドを使う方法もあります。プッシュアップでおしりを浮かせながら、ベッドに上がります。



リフトで解決!

床からの移動◎



座り込んでしまう

リフトのハンガーで頭を打つ



ハンガーの位置に注意しましょう



リフトの操作にばかり注意が向くと、ハンガーを利用者の頭にぶつかるまで下げてしまうことがあります。



移乗先にお尻が着いたことを確認したら、ハンガーを手で押さえ、ハンガーの位置に注意してリフト操作を行うようにしましょう。

◎ いいね！

マキシムーブ、マキシツインは揺れにくく安定した移乗ができ、またハンガーが湾曲しているため、頭がぶつかりにくい設計になっています。



リフトのハンガーで解決！

安全な移乗◎



リフトのハンガーで頭を打つ



背中と車いすの背面を密着させましょう



前輪を上げて、背中が車いすの背面を滑るようにして着座させます。

📌 マキシムーブ、マキシツインのPDPS (パワーダイナミックポジションシステム) を使えば…



車いすへの着座時に姿勢を手元スイッチで調整できるため、座り直しの手間が省けます。ベッドへの移乗時の際にもリクライニング角度に合わせた姿勢の調整が可能です。

◎ いいね!

PDPSはハンガー一部の角度を電動で調節できるため、利用者の姿勢を簡単・安全に調整することができます。

従来は介助者のテクニックでこれらをカバーしていましたが、PDPSを使うことで誰でも簡単に移乗のサポートが可能になります。

PDPSで解決!

誰でも簡単操作 ◎

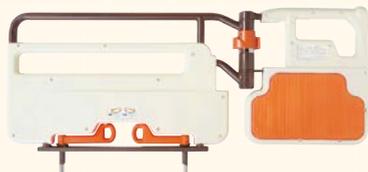


商品のご紹介

抱え上げない介護・看護を実現。
安心・安全な移乗と腰痛予防をサポートします。

自動ロック式ベッド用グリップ

ニーパロ⁺
プラス

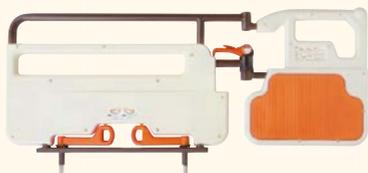


ロック忘れによる事故を予防する自動ロック方式(業界初)

立ち上がる時にグリップ部が固定されていないと手を挟んだり、転倒事故の原因になります。このような事故を防止するため、「ニーパロ+」には45度毎に自動的にロックする機構を搭載しています。(特許第4921535号)

レバーロック式ベッド用グリップ

ニーパロ^L
エル



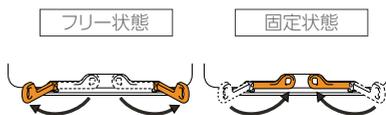
簡単操作のレバーロック式

思わぬ事故を防止するため、ロック解除時にはセーフティロックの操作が必要です。スイングアームは22.5度毎に固定できます。

工具などを使わず簡単に
取り付けることができます

ベッドへの簡単取り付け

サイドレールホルダーにベッド用グリップの固定脚部をさしこみ、2つの固定レバーをまわすとベッドへ固定できます。(ニーパロ+、ニーパロL共通)



ひとりの介助者で、安全・快適・簡単な移乗操作を実現。
世界水準の床走行リフト

MAXI MOVE マキシムーブ

座位から仰臥位までの角度調整を可能にする
PDPS(パワーダイナミックポジションシステム)

PDPSは、ハンガー部を電動で角度調整ができる、独自の機能です。

車いすへの着座時に姿勢を調整できるため、座り直しの手間を省くことができ、またベッドへの移乗の際にもリクライニングの形状に合わせた姿勢の調整が可能です。



MAXI TWIN マキシツイン

- 人間工学に基づいた曲線的な構造で、どこでも握りやすく操作のしやすいデザインです。
- ハンガーが大きく弧を描いており、利用者の頭部にぶつかりにくく、圧迫感もありません。
- 支柱間が広く、利用者の足がぶつかりにくい設計です。
- 2本の支柱で荷重を分散し、移乗時や走行時の揺れを最小限に抑えます。



arjo

移乗支援機器メーカー「アルジョ」は、100を超える国と地域において医療および介護のニーズに応えている、スウェーデンに本社をおく世界的ブランドです。

ベッド用グリップ「ニーパロ」の使い方

従来のベッド用グリップでは…

写真のように膝が前方向にズレ落ちると首を打ったり、転倒するなど危険な状態になることもあります。(ひざ折れ状態)



ニーパロひざパッドがあると…



端座位時の
ずり落ちを防止

楽な立ち上がり

立位を安定させます

車いすからの
ずり落ちを防止

自立移乗の場合 ベッドから車いすへの自立移乗(90度の場合)



グリップ部を90度を開き、膝をパッドにあてます。ベッドの高さは車いすよりもやや高くします。車いすを寄せ、ブレーキをかけます。



車いす側の足を前に出します。前に出す足を逆にすると足を痛める原因になるためご注意ください。(45度の場合も同じ)



膝をパッドにあてながら立ち上がり、あるいは腰を浮かして…



車いすへ移ります。

後方介助移乗

抱え上げない移乗を実現

ベッドから車いすへの介助移乗(トランスファーボードを使った場合)



ベッドの背を上げ、ベッドの高さを車いすよりもやや高く設定し、グリップ部を45度にセットします。車いすのブレーキをかけ、車いす側の足を前に出します。前に出す足を逆にすると足を痛める原因になるためご注意ください。



グリップ部を握り、後ろに倒れないように注意しながら、ボードを左臀部の下に敷き、ボードの端を車いすの中心位置に置きます。



車いすのアームサポートを握り、引くように促します。介助者の右足はベッドの上に乗せます。



左腰部を支えて左臀部に体重を移動させ、右臀部を軽く押し、車いすへ移動させます。移動中に車いすが動かないように左足で固定します。



右臀部に体重を移動させ、車いすの奥まで移動させます。



ボードを抜きやすいように身体を左に傾けて、ボードを引き抜きます。



勉強会・デモンストレーション承ります

ケアマネジャー様、福祉用具専門相談員様、介護・看護職員様向けに
身体状況に応じたベッドの使用方法などの勉強会を開催しております。

お時間・内容についてはお近くの支店・営業所まで

お気軽にご相談ください。

製造元



医療介護ベッドメーカー

株式会社プラッツ



挑戦します!
お客様の笑顔のために。

■本社／ショールーム

〒816-0921 福岡県大野城市仲畑2-3-17
TEL.092-584-3434 / FAX.092-584-3436

■北海道支店

〒003-0005 北海道札幌市白石区東札幌五条
1-2-22-102
TEL.011-807-4750 FAX.011-807-4751

■東北支店

〒983-0014 宮城県仙台市宮城野区高砂1-1-15
TEL.022-781-7072 FAX.022-781-7062

■関東支店・関東ショールーム

〒143-0006 東京都大田区平和島6-1-1
TRCセンタービル7F
TEL.03-5763-5425 FAX.03-5763-5426

■東海支店・東海ショールーム

〒465-0025 愛知県名古屋市長区上社1-402
TEL.052-737-2230 FAX.052-737-2231

■関西支店・関西ショールーム〒578-0911

大阪府東大阪市中新開1-4-12
TEL.072-943-2723 FAX.072-943-2724

■中四国支店

〒721-0907 広島県福山市春日町7-2-6
TEL.084-946-6000 FAX.084-946-6040

■九州支店(本社内)

〒816-0921 福岡県大野城市仲畑2-3-17
TEL.092-584-3433 FAX.092-502-3810

■ご意見・ご質問等は

pinfo@platz-ltd.co.jp

<https://www.platz-ltd.co.jp>