

山本康稔, 加藤宗規, 中村恵子 著

腰痛を防ぐらくらく動作介助マニュアル

動画 CD-ROM 付

中俣 修

(東京都立保健科学大学 理学療法学科)

医療従事者の職業病とされる腰痛の原因のひとつに挙げられるのが、不適切な動作介助の方法である。そのため介助者には、腰痛を予防しつつ動作介助が円滑に行える身体の使い方が要求される。本書では、動作介助研究会という自主的研究会にて合理的で実践的な動作介助の方法を研究している山本康稔氏、加藤宗規氏、中村恵子氏による動作介助の方法が紹介されている。

本書は、「動作介助の意義」「動作介助の原則」「寝返り」「起き上がり」「立ち上がり」「トランスファー(移乗)」「動作介助における力学」「腰痛とその予防」「各種姿勢」「ベッド・車イスなどの福祉用具」「まとめ」の11章で構成され、動作介助の原則からベッド・車イスの選択という基本から臨床まで幅広く解説されている。実際の方法については動画 CD-ROM を併せて利用することで、紙面上の連続写真では分かりづらい介助者の動き、スピード、動作のタイミングなど視覚的に捉えやすくなるよう工夫されている。

「動作介助の原則」の章では、非介助者の不快感を最小限にする触れ方、介助者の動き方、被介助者と介助者の距離など、動作介助を行う上でのポイントが分かりやすく説明されている。

「寝返り」「起き上がり」「立ち上がり」「トランスファー」の章では、多くの写真を用いて介助の手順が示されている。動作の局面で注意すべき点については「介助上の注意点」としてコメントされ、動作を円滑にするためのポイントとして理解しやすくなっている。

「立ち上がり」「トランスファー」の章では、対象者の身体運動機能や動作の特徴に合わせた動作介助の方法が提示されている。特にトランスファーは、①上に持ち上げる方法から水平移動に移動させる方法へ、②



被介助者と密着する方法から一定の距離を保つ方法へ、③介助者が動作の軸の中心となる方法から、被介助者が動作の軸の中心となる方法へ、と従来の方法とは大きく異なる点が特徴である。

従来の方法に満足することなく、よりよい動作介助を目指す著者らの考え方は非常に参考になる。動作介助を実践・指導する者にとって従来の方法が最善なのか、と自問させられる内容が多く含まれている。

少し気になった点としては、従来の方法として紹介されている方法が、必ずしも動作介助を行う職種全てに共通した方法とはいえない点である。それぞれの職種で一般的に用いられている方法として提示があると、著者らの方法による改善点がより明確になり良かったと思う。

本書は、よりよい動作介助の方法、介助者・被介助者によりやさしい方法を模索する著者らの臨床的な観察力と実践力に溢れた内容になっている。是非とも動作介助に携わる多くの関係者に本書を一読することをお勧めしたい。日々行っている動作介助の方法と比較することで、動作介助の新たな一面を発見できるものと確信する。

●B5判 頁216 図42 写真456 2002

定価(本体 3,600 円+税) 送料実費

医学書院・刊