

高齢者の姿勢と生活障害

- 192-196 **1** 加齢による姿勢変化の生理学的要因と評価・介入
●石山大介, 他
- 197-201 **2** 「生活」からみる姿勢と動作のとらえ方
●吉川和徳
- 202-207 **3** 加齢に伴う立位姿勢の変化と歩行障害
—脊柱全体が後弯を呈する円背姿勢を中心に—
●高井逸史
- 208-214 **4** 高齢者のバランス能力低下と転倒
●小栢進也
- 215-221 **5** 高齢者のシーティングと生活障害の予防
●木之瀬 隆
- 223-228 **6** 高齢者の臥位での姿勢と姿勢変換
●下元佳子



高齢者は、加齢に伴いさまざまな要因によって身体機能が低下し、個人差はあるが特徴的な姿勢の変化を呈します。円背や前傾姿勢、膝関節や股関節の伸展制限といった構築学的な変化に加えて、姿勢制御能力の低下も相まって筋力低下や運動能力の低下に容易につながります。その結果、それまでできていたADL（日常生活活動）、IADL（手段的日常生活活動）の低下つまり生活機能の低下につながります。また立ち上がりや歩行も不安定となり、転倒の危険性も増大し、その恐怖感から活動範囲の狭小化や閉じこもりになりやすいとされます。こういった加齢による姿勢変化の特徴を踏まえて、立位・歩行、座位、臥位それぞれの相での生活支援のあり方を考えていきます。

企画担当 ●伊藤隆夫（日本訪問リハビリテーション協会 相談役，理学療法士）