



2月に行った家族介護教室では、椅子から立ち上がる際の補助の方法や、靴と病気の関係性などを紹介しました。

1 椅子からの立ち上がり



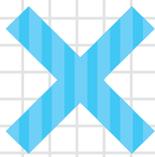
介護者が要介護者の目の前に立って、椅子から抱え上げようとする、かえって要介護者の行動を妨げることになります。要介護者の行動を妨げないような立ち位置で支援することが大切です。

たとえば、横に立って声掛けしながら、背中を押してあげましょう。

そのとき、要介護者の腰が曲がらないように気を付けながら支えましょう。

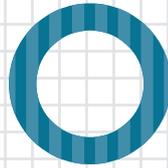


多久市立病院 理学療法士
こやなぎしんいちろう
小柳 伸一郎 先生



正面から抱えてあげると…

何を
前が
する
見え
んだ
らう
…。
不安…。



横に立って背中を押してあげると…

立つ
心構
えが
でき
、
前も
見え
てい
るの
で
不安
も少
ない

おじい
ちゃん、
立つ
よ



2 左右で靴底の減り方が 違いますか？

ちょっとそこまでの履物にも注意を

靴底の減り方で変形性膝関節症、アキレス腱炎など下肢の関節に炎症があるかどうか推測できます。下の写真のような靴底の減り方が見られたら、専門医に相談してみましょう。

