略　歴

2003 年 3 月
サンビレッジ国際医療福祉専門学校
作業療法学科卒業

2003 年 4 月
医療法人慈光会　甲府城南病院 リハビリテーション科入職

2013 年 4 月
医療法人社団阿星会　甲西リハビリ病院 リハビリテーション技術部入職

現在に至る

活動分析アプローチに基づく更衣動作への介入 ～下衣操作について考える～

宇野 正顕(うの まさあき)　甲西リハビリ病院、滋賀県活動分析研究会)

Ⅰ、ひとはなぜ衣服を纏うのか

現代を生きる私たちは、その時々の状況や必要性、目的や気分に応じて衣服を選択し、身に纏い、様々なシチュエーションに適応しながら生活を営んでいる。その為には、衣服の形状にとらわれず自由に衣服を選択し円滑に着用できるだけの更衣動作能力の獲得が必要であり、その人の社会生活の幅を広げるリハビリテーションを考える上で重要な関りといえる。

本講では、日常的な着替えだけでなくトイレ動作や入浴動作を含めると日に数回行われる遂行課題であり、日々の臨床においても多くのセラピストがその介入に難渋していると感じる下衣操作について、活動分析アプローチの視点に基づいて考えていく。

Ⅱ、更衣課題の特性と必要な運動・知覚要素

活動分析アプローチでは、更衣動作を『身につける・はずす』という衣服主体の活動ではなく、『身に纏う・抜け出す』といった衣服と身体の相互活動という観点で考察している。臨床で目にする更衣課題の問題は、このような衣服に応じた身体反応の欠如によるものが多いと感じる。

下衣操作における衣服に応じた身体反応としては『上肢の自由度』『手指の巧緻性』『骨盤の選択性』『下肢の遠心性活動』などが運動要素として挙げられる。重要なことはこれらの身体反応は意識的に行われるのではなく、更衣という活動を通じて無意識的に発揮されているという点である。そのきっかけとなるのが、衣服の張りと身体間で生じる『触れる』『擦れる』『引っかかる』などの皮膚面に対する抵抗や摩擦などの触圧情報の変化であり、皮膚面に加わるこれらの触圧情報を解除しようと私たちは無意識的に四肢を動かしたり身をよじったりしている。このような衣服の張りから受ける触圧情報の変化を知覚し続けることで、私たちは全身活動として衣服に向き合う『纏う身体』を実現している。

Ⅲ、活動分析アプローチとしての更衣課題の分析ポイント

更衣課題全般における臨床場面での分析ポイントとして、活動分析アプローチの観点から筆者は以下の点を指標にしている。

①重力に抗した活動的な開始姿勢がとれているか

②バランスの影響を受けない自由度の高い上肢で衣服へのリーチ動作が行えているか

③衣服の素材や形状に応じて、張りを作り出すような手の使い方ができているか

④衣服の動きを、張りを介した抵触圧情報の変化として皮膚レベルで知覚できているか

⑤作り出した張りに引っ張られて姿勢を崩さないよう、相反的な姿勢調整ができているか

⑥触圧情報の変化に応じて、課題に沿った選択的な姿勢の切り替えの幅がもてているか

このような観点で対象者の更衣課題を分析することで、対象者が更衣課題のどこに問題を抱えているかが明確にできると考える。

Ⅳ、活動分析アプローチとしての更衣課題への臨床介入ポイント

更衣課題への臨床介入については、必要な四肢の可動性や随意性を準備しながらも、あくまでもそれらが知覚情報に基づいて無意識的に発揮されるような運動学習が重要であると考える。衣服と身体との相互関係を念頭に置き、運動の手掛かりとなる衣服の張りを作り出すこと、作り出した張りを知覚できること、その結果として身体反応が表出されることを目指していくことが臨床介入の核となる。その上で個別性を考慮しながら、直接的に更衣動作を治療場面として選択するのか、運動に意識を向けすぎないアクティビティを用いるのか、対象者の知覚処理のレベルに応じて段階付けを検討していく。

オンデマンド配信セミナーではこのような観点を踏まえて、臨床介入の一例としての実技を交えて提示させて頂きたい。