

医療・介護お役立ち情報

このページでは理学療法士協会が主催して行なった研修会より、市民の皆様方に医療・介護で役立つ情報をお伝えします。

第5回目は「自立を促す介護のポイント：車いすの介助方法編」をお送りします。

車いすの介助方法について

今回は車いすの介助方法をお伝えします。屋内はもとより、外出の際は外で車いすを介助することとなりますが、**屋内と違い屋外は平らな道は少ないです。**水はけを良くするために傾斜がついていたり、坂道の上下等もあり介助をする方も注意が必要となると思います。

●車いすの各部位名称



●車いすを介助する際の注意点

一般的には、介助者は両手で車いすのハンドルを握り、前に押します。急発進や急停止は厳禁です。

車いすに乗車している方に多いケガとして、**両肘の皮膚を擦りむいたり、足乗せより足が地面に落ちてしまい**ことが原因による足首の捻挫などがあります。背後より車いすを押しているため、**介助者は車いすに乗車している方の表情や足元、両肘の位置などは見えづらいことを心得ておく必要があります。**

●介助者は車いすになるべく近づく

車いすに近づくことで、①乗車している方の**足元が見えやすくなる**、②介助者の踏み出す歩幅が短くなり車いすを押すスピードに制限を加えることができ、**揺れや勢いなどで足がフットレストから落ちてしまうリスクが小さくなります。**

●坂道の上下の介助

- ① 上りは、**介助者の重心をしっかりと車いすに預け**(写真2)、踏ん張りながら押し上げます。
- ② 下りは、車いすを引き寄せせるようにして乗車している方が前方に倒れないかを注意しながら行ないます。
- ③ **急な下り坂は、車いすを後ろ向きにし**介助者の重心をしっかりと車いすに預け、ゆっくり踏ん張りながら下ります。
- ④ 歩道などで傾斜した場所では、**傾斜側に車いすが引きずられ下がって**いってしまうため、介助者は下がっていく側の**ハンドルを持った手を、肘置きに持ちかえ**ます(写真3)。介助者は傾斜に引っ張られる状態が緩和され、まっすぐに押しやすくなります。



写真2



写真3

●凹凸のある場所での介助

凹凸のある場所では平らな道よりも更に座っている状態が安定しません。また、**車いすの前輪が小刻みに振動し、「車酔い」状態になり気分が悪くなる**ことも考えられます。そのため、①**乗車している方にしっかりと肘置きを握**ってもらい姿勢を安定させる、②介助者が**車いすの前輪を持ち上げて後輪のみで**走行する、などの方法で対応してみてください。