

○ 発達を促すポジショニング

【仰臥位(仰向け)】

- ・ 下肢を交叉させやすい。
 - 下肢が開きにくくなる。
 - 股関節脱臼を起こしやすい。
 - 股の間が不潔になりやすい。(皮膚病)
- ・ 下肢を広げている。(蛙様姿勢)

<対応>

- ・ 両膝の間に枕やクッションを挟む。
- ・ 両膝が開かないようにクッションで抑える。

【伏臥位(うつ伏せ)】

- ・ 伏臥位にはいくつかのパターンがある。
- ① 肘立て
 - ・ 肘に体重をかけて頭を上げた姿勢
 - ・ 頸が座っていることが条件
- ② 腕立て
 - ・ 腕を伸ばして、手のひらで支える姿勢
 - ・ 頭部、胸部を垂直に保つ。
 - ・ 手のひらが床に接して体重を支える。
 - 手のひらの皮膚感覚の発達
 - 腕の長さ、身体の重さを知る。(身体図式)
- ・ 頭部を上げて周囲を見渡すことができる。
- ・ 側臥位、寝返り、這うなどの姿勢や動作に移りやすい。
- ・ 肘から先を使って両手で遊ぶことができる。

<対応>

- ・ 伏臥位の状態で腰が上がらないように手やクッションで抑える。
- ・ 胸の下に円筒の枕(タオルや毛布などを巻いて作っても可)を入れる。

【座位】

- ・ 座位には以下の能力が必要
- ① 頭や体幹を常に垂直に保つ。
- ② 身体が傾いたことに気づき、重心が常にお尻の上にあるように調整する。
- ③ 体幹を支える筋力
- ④ 倒れそうになった時に腕を伸ばして支える。(パラシュート反応)
- ・ 座位にはいくつかのパターンがある。
- ① えんこ座り(長座で上肢で身体を支持)
- ② 長座位 ③ 横座り ④ とんび座(割り座)
- ⑤ あぐら座 ⑥ 正座

<対応>

- ・ 脳性まひがある児童には、① えんこ座り、② 長座位、③ 横座りが推奨される。
- ※ 長座は猫背がひどくなる。不安定。四つ這いや膝立ちに移行しにくい。
- ※ 横座りは、片手で身体を支えることに使用するため、片手しか遊びに使えない。
- ※ あぐら座は不安定。四つ這いや膝立ちに移行しにくい。
- ※ 正座、割り座は安定していて、他の座り方に変換しやすい。
- ・ 座位保持ができない場合は、身体を支えたり、座いすや枕などで倒れないように支えたりする。
- ・ 椅子座位の場合、太ももが椅子の座面にのり、足裏が床についている。
- ・ はさみ脚になる場合は膝の間に枕をはさむ。
- ・ 反りが強い場合は、股関節が充分屈曲できるようにする。

【側臥位(横向き)】

- ・片手が自由になる。

<対応>

- ・バスタオルやタオルケット、毛布などを巻いて作った枕で身体の前と後ろをはさむ。

【四つ這い】

- ・起き上がって座ることと、四つ這いはほぼ同時にできる。
- ・上肢と下肢の協調のとれた運動が必要
- ・上肢の安定した支持力、随意性が必要
- ・下肢の円滑な交互運動が必要
- ・脳性まひがある子どもには、起き上がって座れても、上肢/下肢に障がいがあると、正常パターンでの四つ這いが難しい。

【つかまり立ち、伝い歩き】

- ・つかまり立ちのパターン

- ①立たせると、胸や腹で支えて立位を保持
- ②テーブルに両手でつかまって立位を保持
- ③平らな壁に両手でつかまって立位を保持
- ④片手で支えてバランスを保持
- ⑤テーブルにつかまって自由に立つ、座る。

- ・伝い歩きのパターン

- ①片方の足からもう一方の足に体重を移送したり、一方の足に体重を乗せてもう一方の足を上げたりする能力が発達
- ②横に移動する操作を繰り返す。(伝い歩き)

※上げた足を横に降ろし、足に体重を乗せる。

→もう一方の足を上げて横に降ろす。

- ③テーブルの縁を往復する。→角を回る。
- ④壁を伝って歩く。
- ⑤片手を離して側にある別のものにつかまって渡り歩く。

- ・脳性まひがある場合、伝い歩きをしても、ひとり歩きができるとは限らない。

<対応>

- ・足先を外に向け、膝を軽く開いた正しいつかまり立ちのポジションにする。
- ・必ず手で前につかまる。

※壁や支援者に後ろに寄りかかる立ち方は、重心が後ろになるため避ける。

【膝立ち】

- ・人や物につかまって立ちあがる時に、動きの中で用いる姿勢
- ・膝が開き、かかとが接している。
- ・脳性まひがある子どもは、歩く代わりに、「膝立ち」や「膝歩き」をする。
- ・脳性まひがある子どもは、膝が接し、かかとが広く離れていることが多い。
(不良な膝立ちパターン)

【ひとり立ち、伝い歩き】

<対応>

- ・バランスが崩れた時は、必ず前の物につかまるようにする。
- ・身体を前に傾けて体重をつま先の方に向け、重心を前の方にずらすようにする。
- ・前から手を貸して、子どもの身体が前に傾くように気を付ける。
- ・子どもの手が胸より上にならないように、支援者の手を下げる。
- ・後方から支援する場合、支援者の前に寄りかからないようにする。
- ・乳母車、キャスターカーを押しながら歩く。
(一種の伝い歩き、つかまり歩き)

【参考文献】

- ・障害児の発達とポジショニング指導
高橋純 藤田和弘 編著 ぶどう社