

生活リハビリの基本…………… 1
 生活リハビリを職場で伝えるには…………… 3

Chapter1 生活リハビリを学ぶ・伝える

起き上がる

しくみ…………… 10
 アセスメント…………… 12
 「起き上がる」を介助する…………… 16

座る

しくみ…………… 18
 アセスメント…………… 19
 「座る」を介助する…………… 21

コラム 認知症ケアの基本は食事・入浴・排泄のケア…………… 25

立ち上がる

しくみ…………… 26
 アセスメント…………… 27
 「立ち上がる」を介助する…………… 28
 ベッドからの立ち上がりを介助する…………… 32
 手すりを持って立ち上がる…………… 33

移乗する

しくみ…………… 36
 アセスメント…………… 37
 「移乗」を介助する…………… 39
 本人の力を活かすことを介助の基本に…………… 42

歩く

しくみ…………… 44
 アセスメント…………… 46
 転倒のリスクをアセスメントする…………… 47
コラム 歩行の運動学…………… 48
 エアー杖での歩行介助…………… 49
 パーキンソン病の人の歩行介助…………… 53
コラム 知っておきたい関節の基礎知識…………… 55
コラム ヒトは居場所と役割を求める生き物…………… 56

Chapter2 生活リハビリを生活場面に活かす・伝える

食事する

しくみ 58
 アセスメント 61
 箸をあきらめない！ 64
 自分で食べられる環境づくり 66
 口腔内の清潔だけが口腔ケアではない 68

排泄する

しくみ 70
 アセスメント 73
 排泄の姿勢を整える 74
 坐骨座りは最初の排泄ケア 76
 排便のゴールドンタイム 77
 車いすから便座への移乗介助 78

入浴する

しくみ 80
 アセスメント 83
 浮力は強い味方！ 84
 個別入浴のススメ 86
コラム 現場から一個別入浴のメリットは？ 87
 入浴拒否の利用者にはどう対応する 88
コラム アクアムーブ®を使用して個別入浴 89

体操

目的に合った体操を選ぶ 90
 姿勢の改善・座ってできる腹筋体操 91
 円背の改善・舟こぎ運動 92
 肩関節の挙上・鼻まで届くかな体操 93
 転倒予防・転倒シミュレーション体操 94
 筋力向上・全身バンザイ体操 95
コラム 大間違いの認知症ケア 96

参考資料 生活リハビリに福祉用具を活かす

福祉用具

生活リハビリで活躍する福祉用具 98