

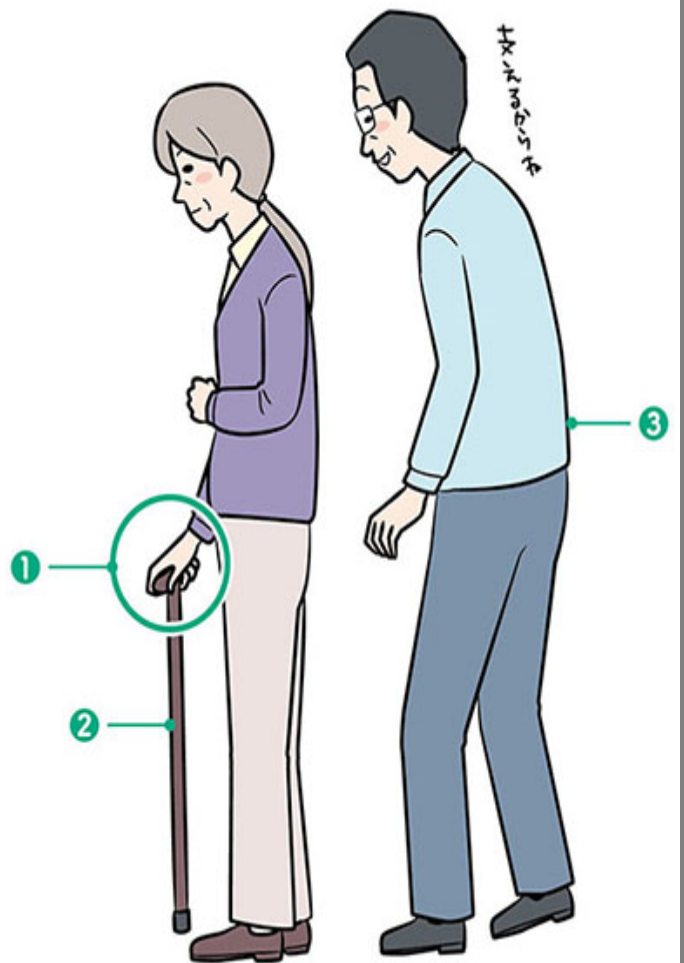
ワンポイント介護

「杖歩行」について

「転ばぬ先の杖」といいます。杖はご自身で動くための大切な道具です。脳卒中などで片方の手足にマヒがあるときには杖はマヒがない側の手で持ちます。マヒがなくて、ひざに痛みがある時には、痛みのある足と反対側の手で持ちます。

左ひざが悪い時は右手で持つという事です。左足を前に出すと右手が出るため、左足を右手で支えます。

- ① 片マヒの場合にはマヒのない側の手で杖を持って体重を支えます。
- ② 手を垂らした時の手首の高さが杖の長さです。体に合う杖を選びましょう。
- ③ 介助者は杖の反対側に立ちましょう。マヒのある側に倒れそうになると自分で支えられないため、介助者が杖の反対側に位置すると安心して歩行することが出来るでしょう。



一番わかりやすい介護術 参照