

ワンポイント介護

着替えの介助

1、 着衣しやすい衣服を選ぶ

伸縮性があってゆったりしたものがおすすめです。ご本人のお気に入りの服を着ていただくのが一番良いのですが、着脱が難しいという場合には、介護用の着脱しやすいデザインの衣服もありますので、そちらを検討してみてください。

2、 着患脱健（ちゃっかんだっけん）

着患脱健という介護の言葉があります。これは衣服着脱時の原則で、片マヒがある人の場合、着る時はマヒ側（患側）から、脱ぐときは非マヒ側（健側）から始めると楽にできるという事です。

3、 必ず声かけをする

「少しひざを曲げますね」「袖に腕を通しますよ」など、次にどんな介助をするのか声かけしましょう。

Tシャツ脱衣



1 被介助者を前屈させて背中
部分をまくり上げる



2 痛みの少ない腕から先に袖を抜く



3 頭から服を抜く



4 反対側の袖を抜く

目で見てわかる介護術 参照