

安全な動作介助法 1

○背臥位（はいがい：あおむけ）から端坐位（たんざい：ベッドサイドに坐る姿勢）にする時の介助法

移乗動作介助は、介護の基本です。適切に移乗動作介助をしないと、介護される方に打撲や擦過傷（さっかしょう：皮膚が物とすれ合ってしまった傷）などをつくったり、最悪な場合転倒も起きてしまいます。また介助者にも腰痛の原因にもなります。ここでは、介助法の基本である背臥位から端座位にする動作を解説します。

○背臥位から端座位への動作介助

1. 介助者は、介護される方の両膝の下に手を入れて両膝を立てます。



2. 介助者は、介護される方の立てた両膝の下に左手を入れて保持をするとともに、右手で介護される方の左頸部から背部を保持する。



健康長寿ネット

3. 介助者は、自分の体重を利用しながら、右手で介護される方を起こしながら左手で保持した下肢を手前に引いて介護される方の左臀部を中心に回転させる。



4. さらに起こして介護される方の体重が左右の座骨に均等にかかる姿勢にし、両方の足底全体をしっかりと床につけ端座位とする。

