



コロナウイルスの新名称はケンタウロスでしたね。次の株名は一体何になるのでしょうか!? 皆さんの協力もあって東海園では感染症に気をつけながら皆リハビリに励むことができています

本日紹介する利用者様は、週3回利用され自主訓練を含め約1時間実施しています。今回は小脳出血を既往にもつ利用者様のリハビリを紹介します。

訓練内容



① 静的立位保持、前方ステップ→体全体を正しい位置へと修正

手すりを持たず、前後左右ともに体が床と垂直になるように立つ



そのままバランスが取れたらステップしてみましょう

※難しければ手すり持ってから始めても大丈夫です。



② 段差踏み替え→バランス強化

5cm程の段差を左右交互に踏み替える



片足が上がった状態で体がふらつかないよう注意する

歩くときのすり足の予防にもなります！！



③ 両手杖歩行→左右の体を均等に使う

両手で杖を付いて歩く



左右の手足の動きを確認し、修正を図っていく



見るポイントはここ ❤️

- ① 体が左右に傾いていないか
- ② 足が浮いているか



脳出血後には前後左右のバランスが崩れやすいので、治していきましょう

浮いていない×

浮いている○