

ポジショニング について

リハビリテーション科
作業療法士 吉田 裕美

ポジショニングとは

休息や活動に応じた、快適で安定した姿勢を提供すること

引用：下元佳子 ベッド上でのポジショニングの留意点



快適な姿勢はどのような姿勢なのか

どのようにして整えるのか

これらを知っていることが大切！！

快適な姿勢とは①

快適な姿勢＝安定した姿勢

リラックス

動きやすい

寝たきり状態の人でも、四肢のわずかな動きや呼吸など生きていくための身体の動きがある

必要な動きを妨げないポジショニングが大切

快適な姿勢とは②



- 上半身、下半身のねじれがない
- 姿勢の傾きがない
- 筋肉の異常な緊張がない

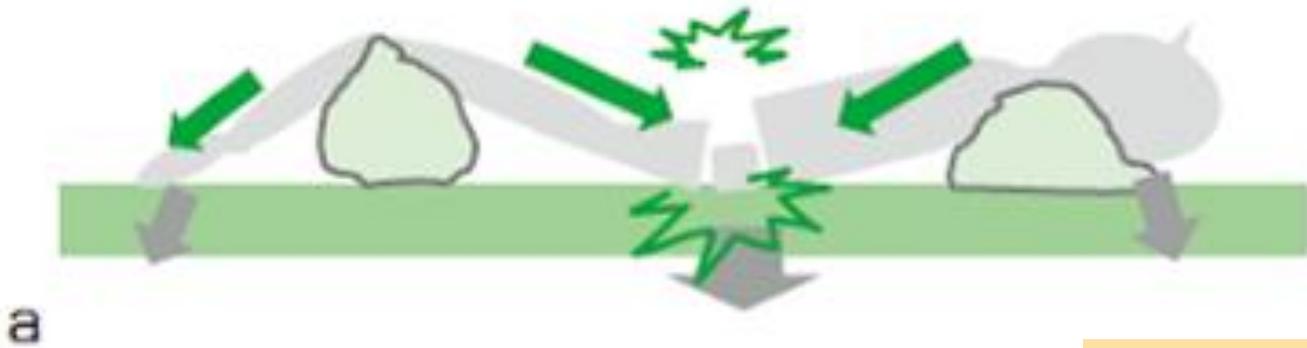
快適な姿勢とは③



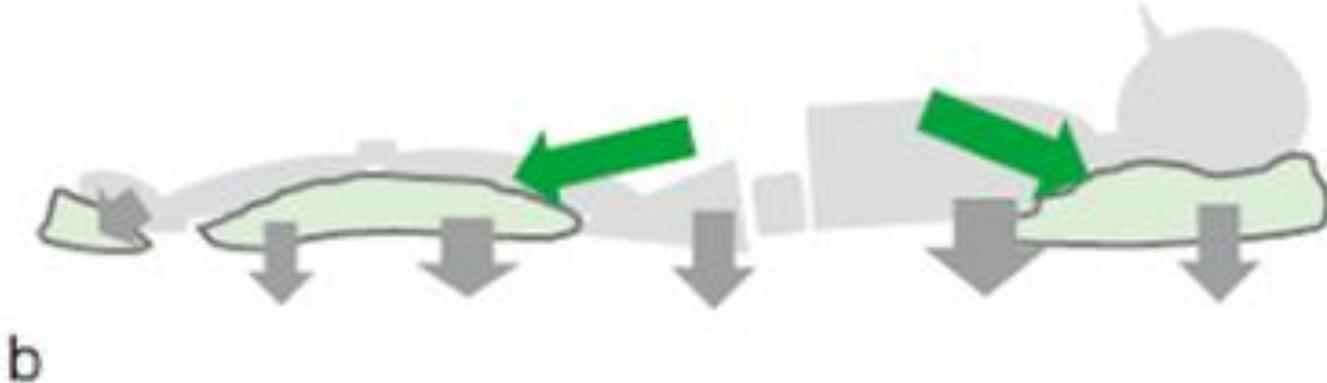
- ・ 身体を支える場所、動きを出す場所がある。

快適な姿勢とは（仰臥位）④

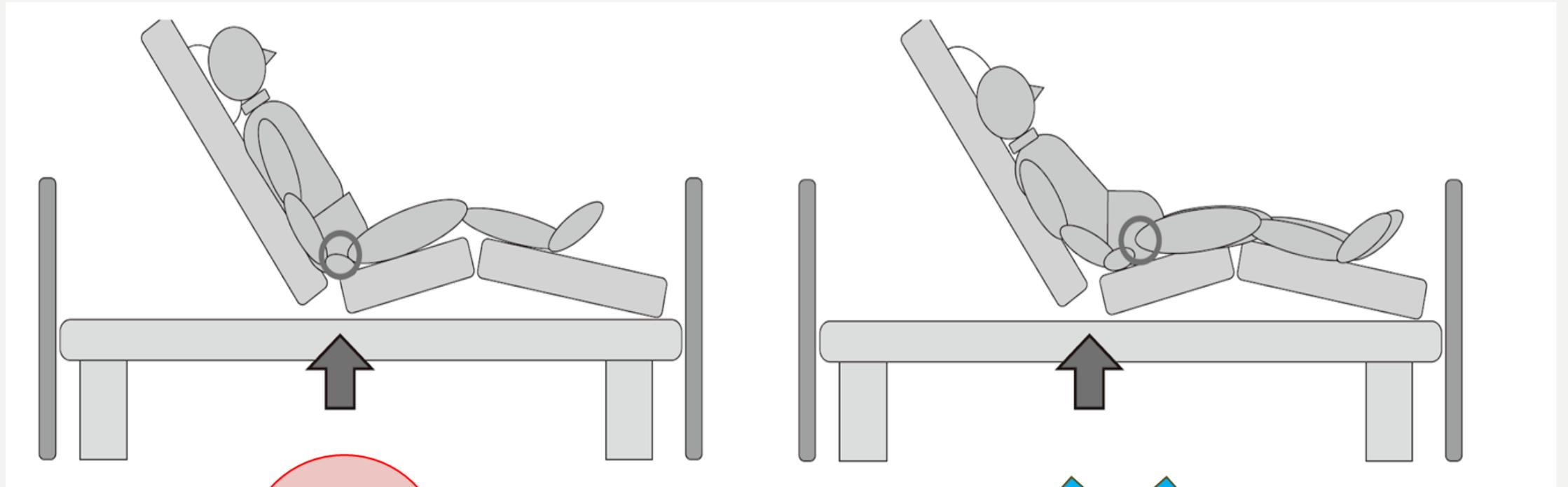
関節で重さを受けることで動きを妨げ、局所圧の改善にもつながっていない



安定した支えをつくり動きを可能にする



快適な姿勢とは（ベッド上座位）⑤



不良姿勢による二次障害①

褥瘡

泌尿器機能低下

精神神経機能低下

筋骨格系異常

消化器機能低下

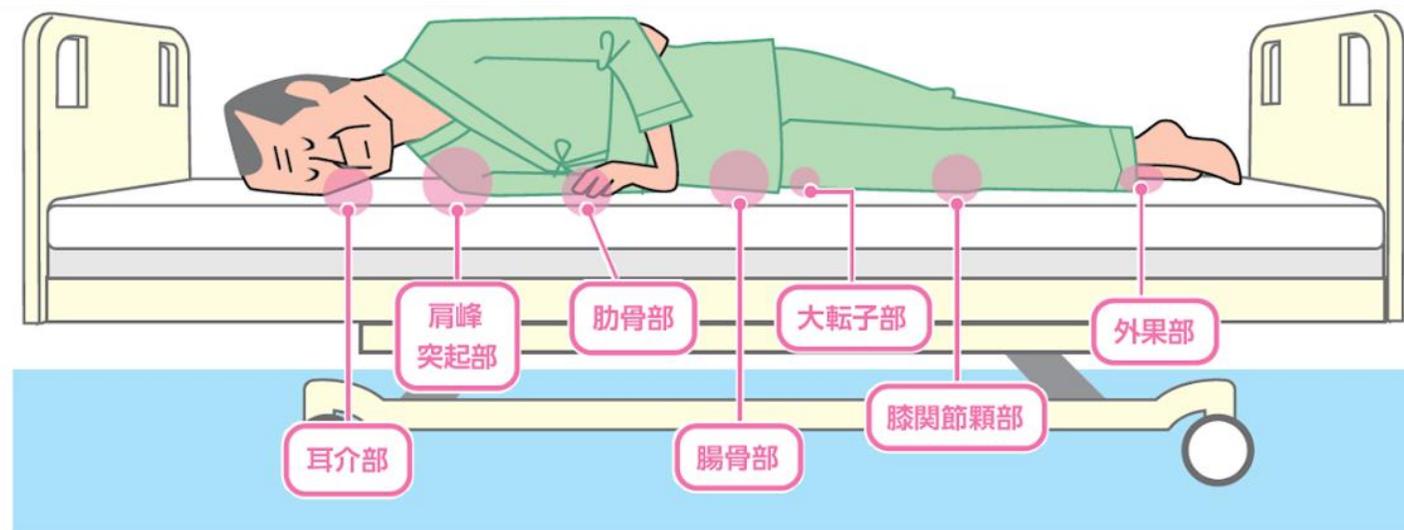
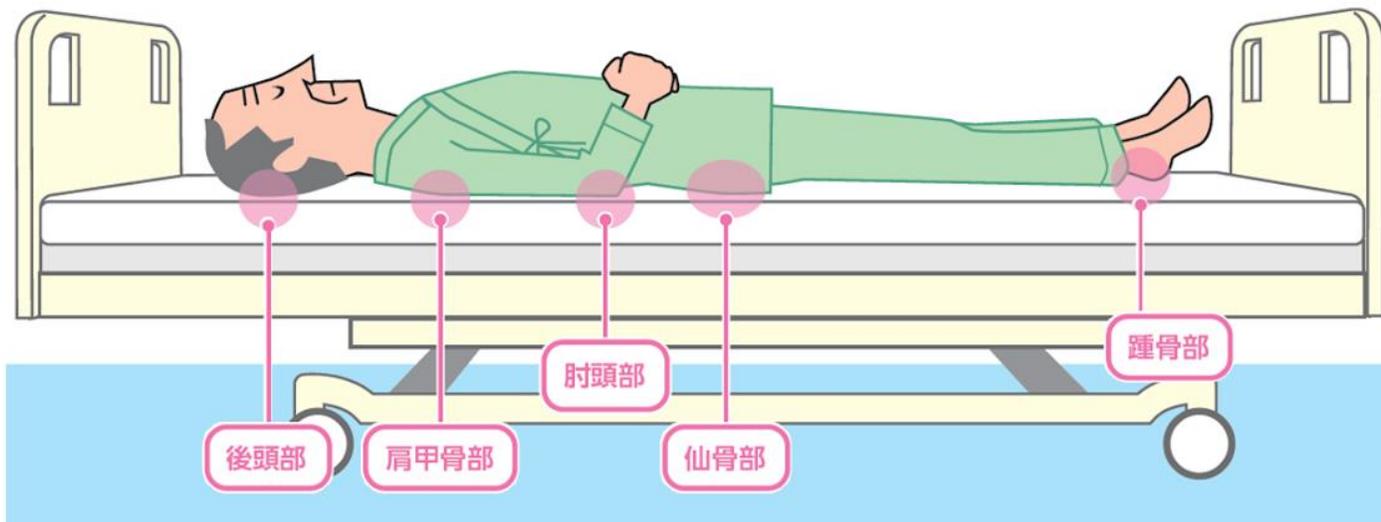
呼吸器機能低下

循環器機能低下



不良姿勢による二次障害②

褥瘡の好発部位



引用：北出貴則 [基礎編]学び直し！ポジショニングで大切なこと

ポジショニングの実際①

○ポジショニングの基本

- ・ 身体の重みが一部分に集中しないようにする
- ・ 広い面で身体の重みを支える
- ・ 身体のねじれがないようにする
- ・ クッションを必要なところに隙間なくセッティングする
- ・ 動きを妨げない

ポジショニングの実際②



ポジショニングの実際③

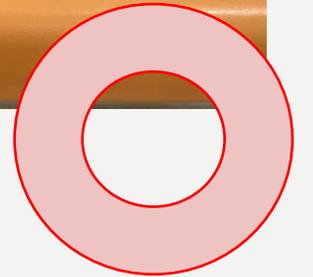
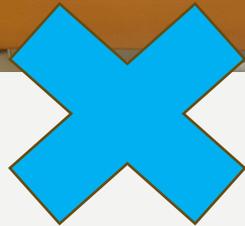


ポジショニングの実際④



- ・ 身体のラインが崩れていない
- ・ わきの部分などに隙間ができていない
- ・ 胸が圧迫されていない
- ・ 両足が重なっていない

ポジショニングの実際⑤



ポジショニングの実際⑤

○ポジショニング実施時に評価すること

- ・全身状態の確認

バイタルサイン（血圧、脈拍、呼吸数、SpO₂ など）

浮腫

皮膚の色調・脆弱性

- ・筋緊張

- ・拘縮、変形

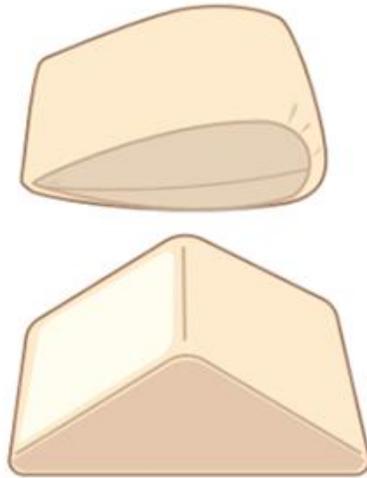
- ・圧のかかり具合の確認

クッション選びのポイント①

スネーククッション



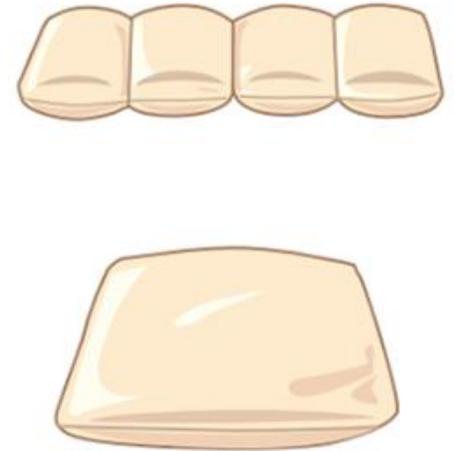
楔形、三角クッション



ブーメラン、U字型クッション



平面、蛇腹型クッション



クッション選びのポイント②

①滑らない

体をのせた時に滑らないことがポジショニング維持に重要。

②幅が広い

体を十分に支えられる大きさが重要。

③適度な厚さがある

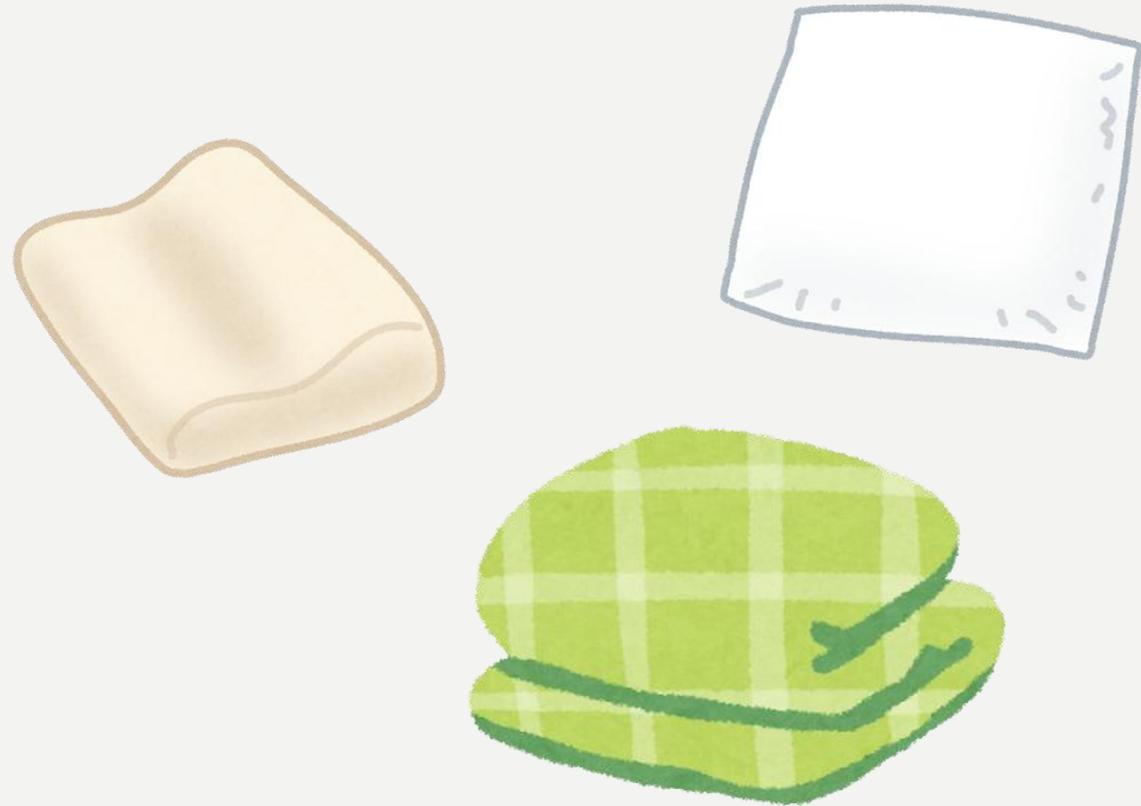
薄いと隙間ができやすい。

※洗淨や消毒、乾燥ができるかどうかも大切！！

クッションの代用品

- 掛け布団
- 毛布
- 敷パッド
- 座布団
- 枕
- バスタオル

等



※支持面を広くとれるように工夫することが大切！！！！

まとめ

- ポジショニングとは、快適で安定した姿勢を保持することであり、必要な動きを妨げないことが重要。
- 不良姿勢を継続すると、多くの二次的障害を引き起こしてしまう。
- 対象者によって快適な姿勢は違うため、ポジショニングの基本を意識しつつ、アセスメントし、対象者に合ったポジショニングをすることが大切。