

# リハビリ紹介

通所

80歳代 女性



2年前より自宅で転倒を繰り返し、その頃より腰痛が出現し腰椎椎間板ヘルニアの診断で痛み止めの内服を開始。2023年2月に手術施行。入浴とリハビリ目的で通所リハ利用開始。目標は1人で買い物に行くことができるようになること。



■ FIM : 114点 → 119点 ■

開始時	リハビリ内容	現在
<ul style="list-style-type: none"><li>・痛み：左股関節（起立・歩行時）</li><li>・歩行：痛みの為、左右へふらつきあり。</li><li>・階段：後段は座りながら実施</li><li>・買い物：常に介助が必要（杖使用）</li><li>・片脚立位 右：3.02秒 / 左：1.82秒</li><li>・TUG：14.68秒（独歩）</li></ul>	<p>関節可動域訓練 両下肢・体幹筋力訓練 マシントレーニング （ニューステップ、レッグプレス） 歩行訓練 階段昇降訓練</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>・痛み：消失</li><li>・体幹、股関節の筋力向上</li><li>・歩行：左脚の支持性増加し安定</li><li>・階段：手すり使用し自立</li><li>・買い物：一人で可能（シルバーカー使用）</li><li>・友人と旅行が可能</li><li>・片脚立位 右：4.19秒 / 左：4.13秒</li><li>・TUG：12.42秒（独歩）</li></ul>

※TUG（タイムアップ&ゴーテスト）：立ち座り、歩行、方向転換の要素を含んだ歩行評価

