

【keyword】 IADL、運動学習

【はじめに】

今回、転倒により右大腿骨転子部骨折を受傷し、中殿筋の筋力低下が著明な症例を担当した。本人の生活史から居間の掃除が重要であることが分かった。掃除動作獲得の為に側方移動を用いた掃除訓練を実施した結果、筋力向上・掃除動作時のふらつきが軽減し自宅退院に至ったため報告する。なお当院倫理委員会に了承を得、本人より同意を得た。

【症例紹介】

70代女性。X年に自宅で転倒し、右大腿骨転子部骨折にてA病院へ同日入院、観血的手術を施行した。その後、急性胆嚢炎発症。経皮経管的胆嚢穿刺を実施し、ドレナージと抗菌薬投与により改善したが自宅退院困難となった為X+1年に当院入院。本人HOPE：「掃除が出来るようになりたい。それは自分でやりたい」

【初期評価】

関節可動域：著明な制限なし。徒手筋力テスト(MMT)：右股関節外転3、以外4レベル。右股関節外転時疼痛あり。Numeric Rating Scale(NRS)：6。10m歩行：通常…14.2秒/27歩、最大…12.8秒/25歩。Timed Up & Go Test(TUG)：右13.9/左12.7秒。Functional Balance Scale(FBS)：43/56点。30秒立ち上がり：9回(左荷重)。カナダ作業遂行測定(COPM)：掃除の遂行度3/10、満足度3/10。

【経過】

介入初期は、側方移動時に後方から介助を要し、3m程で疲労の訴えが聞かれた。また、体幹の代償動作やふらつき、本人から不安感が聞かれた。早期より掃除機を使用した側方移動による掃除動作を実施した。側方移動は、右下肢の足角が0°で荷重するよう動作指導した。体幹代償の軽減に伴い徒手抵抗を加え運動強度を上げていった。徒手抵抗は、右へ側方移動を行う際は左股関節の内転、左へ移動する際は左股関節の外転に加えた。5週間で側方移動は見守りで10mまで疲労訴えなく可能となった。

【最終評価】

MMT：右股関節外転4。NRS：3。10m歩行：通常…10秒/19歩、最大…9秒/20歩。TUG：右9.2/左9.7秒。FBS：51/56点。30秒立ち上がり：12回。COPM：掃除の遂行度5/10、満足度6/10。

【考察】

本症例に対し、自宅退院に向け可能な限り早期に掃除動作を獲得することを目指した。動作獲得には、実動作の反復により運動学習を促す必要があった。その為、掃除動作の中で、筋力低下している中殿筋にアプローチする側方移動を用いた。側方移動では、鍋島ら(2006)より、「荷重位での股関節外転は支持側中殿筋の筋活動が高い」と報告されており、支持側の筋活動を高める為、左への側方移動を利用した。それに加え徒手抵抗を行い、筋活動を更に誘発した。これにより、中殿筋の筋力向上、COPMの点数改善が図れたと考える。今回本症例に対し、「掃除の実動作反復」「側方移動」「抵抗」の3つを重点的に実施した結果、5週間という短い期間で改善が見られたと考える。