



ベッド上での生活時間が長くなると、身体の痛み・外傷(褥瘡など)・脱臼・神経障害・
血圧異常・呼吸障害などが発生することがあります。これらを予防するために、
今号では褥瘡予防を中心としたポジショニングについてご案内をいたします。



褥瘡って?

褥瘡(じょくそう)は、一般的に「床ずれ」とも呼ばれ、寝たきりや麻痺などによって、
自分で体位を変えられない人にできる皮膚の外傷です。

ベッドや車いす等を長時間使用する場合に、同じところに一定以上の圧力がかかり、皮膚組織の血の流れ
が悪くなることによって、皮膚や皮下組織、筋肉が壊死してしまった状態を言います。

褥瘡予防のポジショニング

ポジショニングとは、安全で安楽な姿勢を保持するために、
クッションなどを使用して補助をすることです。

ポジショニングを正しく実践することで、寝る・起きる・食べるなどの動作を促進し、能力や可能性を広げる
ことにもつながります。

褥瘡予防においては、褥瘡のできやすい箇所(=圧力のかかる箇所)の体圧を分散させることがポイントです。



● ポジショニング例 ●

<肘拘縮がある場合>

脇の皮膚が密着して拘縮している場合に、胸と腕の間にクッションを入れて
しまうと、胸を圧迫して呼吸器などに悪影響を及ぼすことがあります。そのため脇を開き、脇と肘の間にクッ
ションを入れて予防します。



<膝に伸制限がある場合>

膝が伸びなくなった時にはかかとに褥瘡のできやすいため、膝下に
三角柱のクッションと枕型のクッションを置いて予防します。

<円背の場合>

背骨が湾曲している場合の拘縮では、頭が浮いた状態のため呼吸が苦しくな
ることがあります。そのため円背の角度に合わせて三角柱クッションを背中
に入れ、枕の高さ調整のためにクッションを使用します。



<仰臥位の場合>

仰臥位(仰向けの状態)で褥瘡が発生しやすい部位は後頭部・肩甲
骨・仙骨・くるぶしです。膝下にクッションを入れることで接地面
積を広げることができるため、体圧を分散させて予防につなげます。

<側臥位の場合>

側臥位(横向きの状態)が長時間続くと、褥瘡が発生しやすい部位は耳介
(じかい※1)・肩(※2)・大転子(だいてんし※3)・外踝(がいこう※4)です。これを防ぐた
めに三角柱クッションを利用して30度側臥位の姿勢を維持し、さらに足の間
にクッションを挟みます。



※4は下側の足の同部分が対象

<背上げを行う場合>

ベッドの背上げの際、そのままの位置で行うと腰の部分
が曲がってしまい、呼吸が苦しくなります。そのため
ベッドの曲がる位置と股関節の位置を合わせる事が
必要です。



ベッドの上部に移動してお尻の下にストッパーとなる三角柱
クッションを使用、さらに膝下に枕型クッションを入れて位置
を調整します。

【ANGEL】ポジショニングクッション

暮らし生き活きカタログ18号 P.137掲載

【8137-6666】

洗えるフィット三角柱クッションⅡ(カバー付)

- [1312-30] 30cm 定価6,480円(税込)
- [1312-50] 50cm 定価9,180円(税込)
- [1312-70] 70cm 定価13,500円(税込)



通気3層クッション(カバー付)

- [1681-40] 約40×約26cm 定価6,480円(税込)
- [1681-50] 約50×約28cm 定価8,424円(税込)
- [1681-60] 約60×約38cm 定価14,040円(税込)



暮らし生き活き
宇都宮製作株式会社

大阪 Tel 06-6748-8468
Fax 06-6748-8469

東京 Tel 03-5642-6220
Fax 03-5642-6221

[参考]
(株)大阪エンゼル
『ANGEL』vol.16