

# 作業療法だより(3)

平成20年3月

前回・前々回と作業療法だよりでは、車椅子の各部名称や座位保持、姿勢の基本知識・リスクなどについてお話ししました。今回は悪い座位姿勢が続けば、内蔵にどのような影響があるのかについて説明してみたいと思います。



左写真のように極端に傾いた姿勢を続けていると、内臓器がひずみや圧迫が生じて負担がかかります。体勢を自分で変えられる方は、生理的に気付くために不快感が感じられたら自己修正するため、あまり内臓の影響はありません。



**頭部や首を長時間、極端な向きにしておく、脳動脈を圧迫されます。**

特に頸椎の中を通る血管(椎骨動脈)が影響を受けます。強い胸椎後弯で頭部を垂直に保とうとする姿勢が問題の原因です。



### のど(喉)

背中が曲がった姿勢では首を伸ばすことで、頭をまっすぐに保っています。体勢が極端に曲がったり伸びたりしていると発声・嚥下(食物飲み込み)・咀嚼(食物噛み砕き)呼吸咳などに影響がでます。

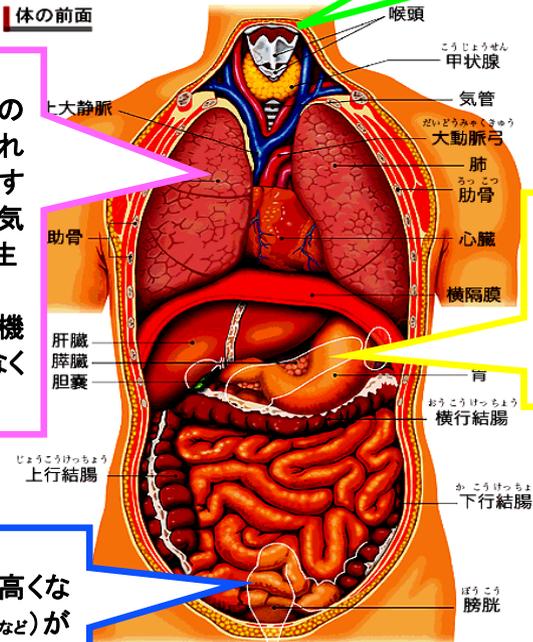


### 肺

骨盤後傾と胸椎後弯の姿勢では肺が圧迫されます。肺活量や咳をする力が低下し、低換気と肺感染症の危険が生じます。

活動性が長時間低下すると、肺機能が低下して、体内酸素量が少なくなり、息切れが起こります。

### 体の前面

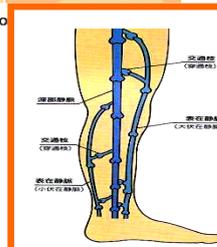


### 胃

背中が丸まった状態が続けば、胃が圧迫されて食欲が低下したり、容量が低下します。

### 骨盤底

体幹が圧迫されると腹部内圧が高くなり、骨盤内臓器(膀胱・直腸・尿道など)が影響を受けます。骨盤底の筋肉が長期間引き伸ばされていると働きが低下し、失禁などが生じます。



体幹部が圧迫されると、下半身からの血液の戻りが減少し、脚の腫れ(浮腫)や両脚内の血管が詰ったり(閉塞)します。また糖尿病を患っておられる方は危険性が高くなってしまいます。

以上のように座位姿勢を、椅子の上または車椅子の上で整えることは非常に大切であります。生活を営む、作業を遂行する上で、座位姿勢をご自分(自力)で整えられることが重要です。当院作業療法では、理学療法士などと協力し、より快適な生活を送って頂けるように、環境調整なども行って患者様・家族様と一緒に考えながら、作業療法を提供しています。