

## ⑦機能訓練

普段のADL動作練習同様に、機能的治療は重要であり、筋力や関節可動域、バランス機能など個別機能の底上げが必要である。その上で個々の具体的な動作練習を行うことが大切である。

Evidence ▶▶ 特になし

適応 ▶▶ 機能性尿失禁に該当する患者

(トイレ動作自立に関連する報告)

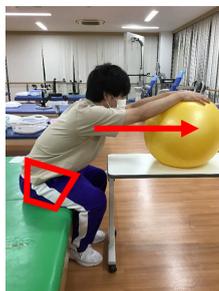
機能訓練はケースごとに多種多様であるため、トイレ動作自立に関連する報告をもとに、以下に2種の訓練を参考として紹介する。

### 1. 前方リーチ訓練

Evidence)

ロジスティック回帰分析により、トイレ動作自立に影響する因子を抽出したところ**前方リーチ距離**のみが選択された。この結果は前方への重心移動が伴う下衣の着脱の特性を反映している可能性がある。

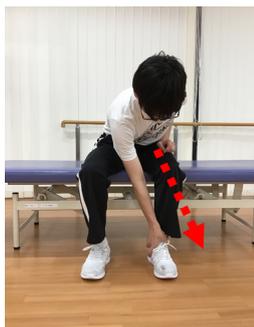
参考) 石山大介, et al. 高齢入院患者におけるトイレ動作自立に必要な身体機能水準. In: 理学療法学 Supplement Vol. 41 Suppl. No. 2. 公益社団法人 日本理学療法士協会, 2014. p. 0664.



### 2. 体幹機能訓練

脳卒中患者を対象にした**臨床的体幹機能検査(FACT)**を用いた報告では、下衣操作自立群が非自立群に比べて有意に可能であった項目として以下の4項目を挙げている。

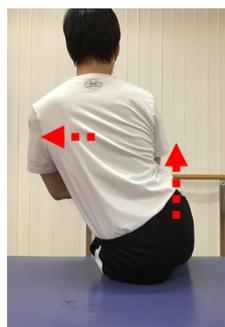
片側の手で反対側の足首を握って戻る



両側臀部を持ち上げ左右に移動する



片側臀部を座面から3秒以上離す



両側足底を床面から3秒以上離す

