

Case 15

右人工股関節置換術を受け、歩行器を使用することで自宅内を歩いたり、家族と買い物に出かけることができていたが、「杖を使って歩けるようになりたい」と本人希望がありリフティブを利用開始。左股関節の手術も予定されていたため、手術までできるだけ身体機能を向上させたかったOさんの事例

目標

- ✓ 自宅内を歩行器を使用せず歩く
- ✓ 外出先で杖やカートを使用して歩く



リフティブ
実施期間

2026年
1月開始

(週2回) × 7か月間実施

2026年
7月卒業

リハビリ 内容

- 歩行時の痛みを軽減するためのマッサージ
- 股関節を柔らかくするためのストレッチ
- 下肢、体幹の筋力をつけるための練習
- 痛みの生じにくい姿勢を獲得するための練習
- 杖で歩くための歩行練習
- 坂道、段差を安全に移動するための動作練習
- 自宅での自主トレーニングの指導



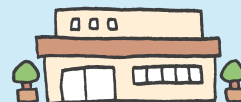
リハビリ中の 変化

はじめは、姿勢が前かがみで腰の負担が大きく、歩行が不安定で自宅の中でも歩行器を使用していた。外出時も、長く歩くと腰や上肢の痛みで休憩が必要な状態だったが、筋力トレーニングを集中的に行うことで、手術前に右下肢の筋力を向上させることができた。左股関節手術後は、早期に杖歩行の練習を進められ、手術から2か月後には、自宅内を歩行器を使わず伝い歩きできるようになった。また翌月には、杖歩行で家族と外出できるようになった。

リフティブ卒業後



他事業所の通所リハビリを利用することに！



担当リハスタッフからのコメント



リハビリを始めた頃は、股関節だけでなく、腰痛や肩の痛みもあり、歩行器を使っても長い距離を歩くのが大変な様子でした。しかし、運動内容の飲み込みが早く、自宅での自主トレーニングにも積極的に取り組まれたおかげで、手術前にはしっかりと両脚の筋力をつけることができました。左股関節の手術後も、早い時期から杖歩行の練習を始めることができ、杖歩行で外出するという目標が達成できたと思います。これからも元気に、いつまでも歩き続けることを期待しています。

祝
卒業



利府仙台ロイヤルケアセンター