

基本的な体位の保持

演習 練習

使用物品			
対象の身体状況, 保持体位, ベッドの機能などにより、枕やそのほか補助具を準備する			
準備	対象のアセスメント ・体格、栄養状態、皮膚の状態、運動機能障害の程度	体位の保持による弊害のリスク状況: 褥創、関節拘縮、神経損傷	
	使用物品を揃える		
	説明し、了解を得る		
	環境を整える ・作業スペースの確保		
	・ストッパーの確認		
	・必要物品を手元に置く		
坐位	長坐位 上体を起こし、下肢を前方、ベッド上に伸ばす	安楽な姿勢の保持の原則を用いる 基底面を広く 生理的彎曲を保つ 褥創後発部位を保護する ベッドと身体の隙間を埋める 運動を妨げない 呼吸運動を妨げない 主観的に安楽である	
	半坐位 ファウラー位: 仰臥位で、ベッド頭部を45~60度挙上 セミファウラー位: ベッド頭部を約30度挙上		
	端坐位 ベッドサイドに足をたらし、背もたれの無い状態で座る		
	椅坐位 椅子に腰掛けて座る		
臥位	仰臥位(背臥位) 仰向けで臥床 ・肩・頸部・頭部を高すぎない枕で支える ・上肢を軽く開き、手指を心臓より高く ・腰部の隙間にタオルなどを挿入する ・下肢は、両膝間を5cm程度に開き、大転子から大腿に子枕を入れる ・足底に枕を入れ、足関節の角度をおよそ0度にする	臥床安静による弊害への対応 ・同一部位の圧迫 ・良肢位の保持 ・関節拘縮の予防 安楽な体位: 腰部の生理的彎曲へ対応 体圧の分散 下肢の外転・外旋予防 尖足予防 頸部の足屈、頭部の後屈、緊張を防ぐ 半背臥位になる方法もある。その際の肩、上肢の位置に注意 臀筋で支えるため安定する 呼吸運動を妨げない 褥創の好発部位の徐圧: 後頭部・肩甲骨・仙骨・踵部など	
	側臥位(右側臥位: 右を下・左側臥位: 左をした) 左右どちらかを下にして臥床 ・頭頸部にやや高め枕を入れる ・半腹臥位になるように、下側腰部を背側へひく		
	側臥位の保持 ・背部挙上30度程度 ・両肩はやや屈曲し、上腕の間に枕を入れる ・両上腕は重ならないように位置し、肘はやや屈曲する ・両股関節・膝関節を屈曲し、重ならないようにずらす		

臥位	<ul style="list-style-type: none"> 両下肢間に枕を入れる 	<p>体が足方向にずり落ちるのを防ぐ</p>		
	腹臥位			
	うつぶせで臥床			
	顔はどちらかに向ける			
	半背臥位			
	側臥位よりも仰臥位に近い臥位			
	<ul style="list-style-type: none"> 上半身と同時に、足元のギャッジで膝を屈曲する 			
	半腹臥位			
	側臥位よりも腹臥位に近く、片膝屈位をとる			
	評価		<p>衣類や寝具を整える</p> <p>生活環境を整える</p> <p>安全・安楽を確認し、アセスメントする</p>	<p>今後のケアに継続するため</p>

確認者サイン