

Before >>

ご利用前の経緯

令和6年7月に自宅で転倒し、左大腿骨頸部骨折で入院を余儀なくされました。退院後は歩行器での生活となり、以前よりも自宅内での生活動作や外出機会にも制限が掛かるようになっていきました。それから「まずは杖で歩けるようになりたい」と思い、運動が出来るnagomiプラス大森店へ通い始めました。今では状態も落ち着き、訪問リハビリが終了となり、杖で自宅周辺の散歩が出来るようになっています。

生活状況と課題

- 退院後、下肢筋力とバランス機能が低下
- 移動時には歩行器が必須

After >>>

喜びの声!

杖歩行が安定し、バスに乗って外出

出来るようになりました!

又、お風呂で背中を1人で洗えるようになりました!

胃がん、前立腺がん、大腿骨頸部骨折

S様 87歳(男性) / 要介護1

令和6年10月より

東京都nagomiプラス大森店を週2回利用

ご家族の声

ウォーキングが趣味だった夫は「杖で歩きたい!」という思いが強く、それを糧にリハビリを頑張ってくれたので、予想より早く杖で歩けるようになりました。今では毎日40分程度の散歩が一番の楽しみになっているようです。



今後の目標

- 杖を使わずに歩けるようになり、また旅行へ行けるようになりたい。

生活目標

杖の歩行距離を伸ばし、活動範囲を拡大する。

目標達成に向けた課題

ふらついた際に踏ん張り、立て直す力が不足し、転倒リスクが高い状態。

S様が取り組まれた運動をご紹介します!! (訓練風景を公開しています!!)

①身体機能訓練

スクワット運動

入院中は動けず、退院後も動かない生活が中心となった事が原因で下肢筋力が低下してしまったS様。何かに頼らなければ歩けなくなり、また立ち座り時や歩行時にふらついた際、踏ん張って立て直す事も難しくなり、それらを改善していく為にスクワット運動で下肢筋力向上を目指しております。



訓練の動画はこちら

<https://youtu.be/uZGhCBF7vf4>

②実践訓練

平行棒を使用した歩行訓練

S様は下肢筋力の低下だけでなく、バランス機能の低下も実感されている為、平行棒を使用し、歩行時の正しい姿勢や体幹軸を意識した状態で反復訓練を行っています。その結果、歩行時のふらつきを軽減させ、安定した自立歩行の実現に繋げていく事が出来ます。



訓練の動画はこちら

<https://youtu.be/H2tkuAF9xc4>