



# リハビリテーションだより 4月号

## ～自助具について 食事編～

### ○突然ですが…

皆様、お食事をしっかりと摂れていますか？ 回復期リハ病棟の対象疾患は、いずれも低栄養とサルコペニアが好発しやすく、リハビリの転帰に悪影響を与えるともいわれています。<sup>1)</sup> その為、お食事をしっかりと摂ることはより良いリハビリにも繋がっていきます。しかし、お食事を摂りたくてもご病気や骨折の影響で1人では難しいという方もいらっしゃると思います。自助具を使用することで効率的に食事の摂取が可能となり、日常生活動作(ADL)拡大にも繋がったという報告も多数あります。<sup>2)</sup>

そこで今回は**お食事の際に役立つ自助具**の紹介をさせて頂こうと思います！

### ●自助具とは？

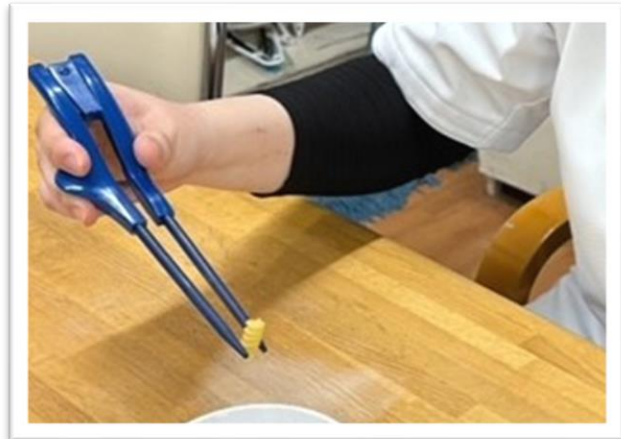
高齢・障害などで体に不自由がある人の生活の自立を支援する一つの手段であり、食事・入浴・排泄・服の着脱や整容などの日常生活動作(ADL)や、家事動作を可能な限り自分で行えるように作られた物です。<sup>3)</sup>



・スポンジハンドル: 片麻痺の方やリウマチなどスプーンやフォークの柄部分が細くて握りづらい方に対して、持ち手の箇所を太くすることで握り込み動作が行いやすくする為の自助具です。



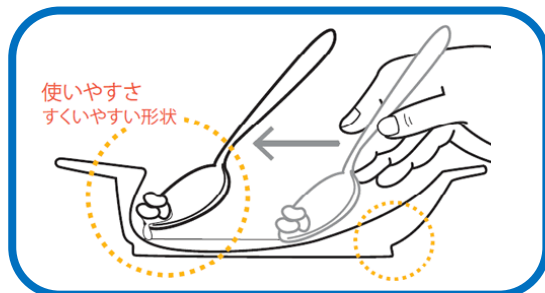
・**万能力フ**: 頸椎損傷やリウマチなど手指に力が入りづらい方や手指の動く範囲に制限がある方に対し、マジックテープを手に巻き付けることで掬う動作を補助する自助具です。



・**ピンセット箸**: 片麻痺や骨折の影響で手指の細かい動きが難しい方に対しピンセットのように親指と人差し指の動きでつまみ上げる動作を補助してくれる自助具です。



・**自助食器**: 片麻痺によって食器を持ち上げることが困難な方に対し、食器の壁を頼りに掬いやすく自助具です。



☆自助具は使用される方の身体状態や使う環境によって適したものを選ぶ必要があります。お困りの際はリハビリテーション科 作業療法スタッフまでご相談下さい。

【参考文献】

<sup>1)</sup>吉村芳弘-回復期のリハビリテーション栄養管理-日本静脈経腸栄養学会雑誌 31(4):959-966:2016

<sup>2)</sup>山崎瑞香ら他-食べる事への意欲が ADL 向上に繋がった症例- 公益財団法人いわてリハビリテーションセンター

<sup>3)</sup>みんなの介護

