

歩行を補助するための道具

最近、街中などでも様々な種類の杖を使用している人を見かけることがあります。どのような人がどのような目的で利用するのがよいのでしょうか。今回は、日頃リハビリで歩行の練習用に使ったり、日常生活で使ったりする杖の特徴や使い方などについてご紹介します。

1. 松葉杖

主に両下肢に障害があったり、下肢の骨折などで支持を失った場合に使用します。

手での体重の支え具合によって、

◇免荷：全く足をつかない状態

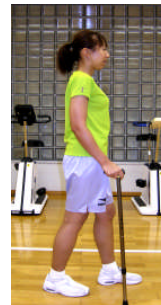
◇タッチ：わずかに足を着く状態

◇1/2 荷重：体重の半分を足にかけられる状態

◇2/3 荷重：体重の2/3を足にかけられて、
松葉杖1本で歩ける状態

と、使い分けることができます

長さは、わきの下で指が2本入る程度にあげます。握りの位置は足の付け根の骨（大転子）の長さです。

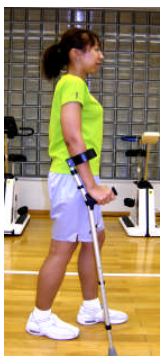


2. T字杖

T字杖は多くの体重を支えられないため、足もとが少し不安定に感じる場合や、痛みなどがあり、**少し支えがほしい時**に使用します。

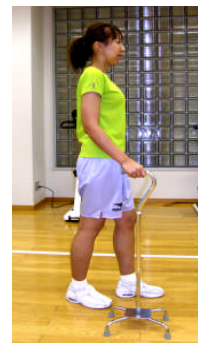
杖は、かばいたい側と反対の手で持ちます。

長さは、足の外側から15cm程度離れたところで、肘が30度程度曲がることを目安です。



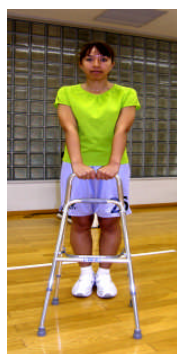
3. ロフストランド杖

肘を固定するサポート機構が備えられています。肘から先の腕でも支えるためT字杖よりも安定します。



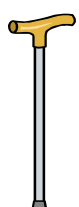
4. サイドケイン

前に持って両手で支えたり、横に持って片手で使うこともできます。立ち上がる時にはしっかりした支えになります。



5. 4点杖

足が4本ありますが、持ち手は通常の杖と同じ型なので、やや不安定です。歩行器と杖の中間的要素を持っていますので、使用者の体の状態や使用場所などの使用環境が制限されます。安定した床接地面があり、段差やスロープのないフラット面な場所で使用可能な杖です。台座は真上から振り下ろすように移動させます。スロープや段差では支柱が傾きます。安定しているようでも使い方は難しい一面があります。



3~5の杖は、利用者の安定性や環境などによって使い分けます。利用するときは医師や理学療法士に相談してください。

♪ お問い合わせ先 リハビリ室 ♪

♪ ご希望の方には『多摩南ミニ通信』を面会受付でお渡ししております。 ♪