

★ C6レベルのPush-upの体験

- 1) 長座位で両上肢のみで体重支持
手がつける範囲を確かめる
→ 意外と狭いことを確認
- 2) 長座位でバランスが前後に崩れた時の復元動作を確認
→ 伸展の時は肩関節水平内転
屈曲の時は肩関節伸展
- 3) 体幹をかなり屈曲させた時と、90度の時の前方推進力、鉛直方向移動量を体験する

プッシュアップ 低



プッシュアップ 中



プッシュアップ 高



プッシュアップ 低 見本



プッシュアップ中 見本



★ 前方・側方トランスファーの体験

- 1) C6レベルでの前方トランスファーを体験
体幹をかなり屈曲させ、上腕三頭筋を使用しない
- 2) C7レベルでの側方トランスファーを体験
上肢のみで移乗. 上腕三頭筋は使用して良い

前方移乗



側方移乗



側方移乗トランスファーボード



車椅子キャスター挙げ



フットプレート調整



タイヤ外し



床からの移乗の体験

1) 胸髄レベルの床から車椅子への移乗を体験

軽度体幹右回旋

- ・右手をアームサポート前方に置く
- ・左手を床

勢いよく、プッシュアップを利用して
殿部を車椅子座面前まで引き上げる

