

PNFの老人医療への適用



IPNFA INSTRUCTOR, ATSUSHI ISHII, JAPAN

老年学 Gerontology

基礎老化学
Biological
Gerontology

老年医学
Geriatric
Medicine

老年社会学
Social
Gerontology

老化とは?

- 高齢者の死因は複合的であり、単一ではない。死因よりも機能障害 (disability) を重視すべきである。 (小澤利男 2008)

余病

多臓器障害 MODS

老年症候群

- 高齢者に多くみられ、原因はさまざまであるが治療と同時に介護・ケアが重要である一連の症状、所見をさす。

(鳥羽研二)

- 認知機能、運動機能及び外見上の変化
- 生理機能の加齢変化
 感覚器、肝、腎、呼吸循環器、免疫、消化管、内分泌等

加齢による生理学的変化

- バランス戦略の低下

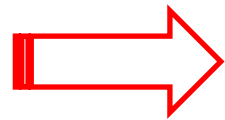
前-後と側方踏み出し

筋間のタイミングの障害

同時収縮/固定

求心性入力の低下

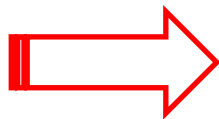
- 非対称性の減少



転倒リスク

加齢による筋の変化

- ST繊維の増加
- 筋力低下
- 筋委縮
- シナプス結合の減少
- 収縮性の減少
- 代謝低下
- 弾力性低下



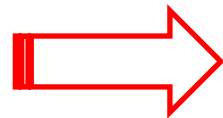
活動制限増加

運動学習能力の変化

運動野の細胞の大きさの明らかな減少
活動低下

二つ以上の動作の組合せの問題

不使用による運動パターンの動員障害と
協調性パターン喪失



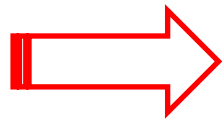
学習困難

加齢による生理学的変化

徐々に内臓機能も低下

免疫系の変化

代謝異常に起因する神経防御機構の喪失



全身体力低下

心理学的変化

反応の遅れ

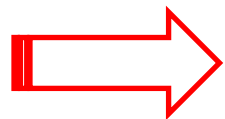
精神運動反応の減少

情報伝達の遅れ

学習の遅れ

俊敏性の減少

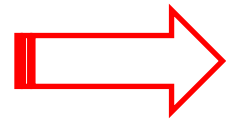
頑固になる



全て時間がかかる

社会的変化

- 介護者の高齢化
- 孤立化



社会的役割の喪失

老人に必要なもの

- 社会的役割が必要
- 転倒防止のために速さが必要
活動制限を減らすために援助が必要
学習は簡単で同じものを長く
概日リズムを保つために日中に規則的な運動

PNFの適用

社会的役割の喪失

ひとりの人間として社会的役割を与えて
全人間的アプローチ

PNFの適用

転倒防止

感覚系を訓練

基本原則と基本手順

筋力、持久性と速度を改善

抵抗、テクニック

* 筋トレの効率に注意を！

PNFの適用

活動制限を減らす

適切な補助具を

潜在能力を引き出す

患者の能力に合わせて

ポジティブアプローチ

PNFの適用

学習障害に対して

経験したことのある課題を選択する

成功体験できる環境設定を

課題に即した意味のあるパターンの選択

課題指向

単純に

PNFの適用

全身体力の低下に対して

最大下より、より強度を低く
最適抵抗

PNFの適用

時間がかかる

患者からの反応を待って

最大反応を得るために、あなたの刺激入力の
仕方を患者に合わせて

視覚刺激と体性感覚を同時に入力した場合が
一番反応が早くなる

潜在能力を引き出す

注意

- 我々はPNF概念という道具を用いて正常からの偏位を調整する。
- “パターン”はPNF概念の道具の一つにすぎない。
- 問題があるから治す。