

## SCD・MSA標準リハビリテーションプログラム②

FACIによる歩行能力	動作練習(協調性・バランス運動)								
	基本姿勢での運動		起居動作練習				歩行練習(階段を含む)		眼球運動
	膝立ち位	立位	寝返り	起き上がり	椅子からの立ち上がり	床からの立ち上がり	歩行	階段昇降	
0:歩行不能		起立台での立位	寝返り ベッド上動作						頭を止めて追視
1:介助歩行レベル2		・介助立位 ・つかまりまたは上肢支持での立位保持	寝返り ベッド上動作		・下肢への重心移動 ・介助での立ち上がり、着座練習		安全面を考慮した上で、平行棒内での介助歩行練習		頭を止めて追視・サッケード・輻輳など
2:介助歩行レベル1	膝立ち位保持	・開脚立位保持 ・開脚立位での上肢運動 ・上肢支持の立位での重心移動、ステップ運動		起き上がり練習	つかまり、または上肢支持の立ち上がり・着座練習		介助またはつかまり(両手～片手)での歩行練習		頭と眼球の協調運動
3:監視歩行	・膝立ち位保持、重心移動、リーチ動作、上肢運動 ・膝立ち位でのステップ運動	・閉脚立位保持 ・立位での重心移動、リーチ動作 ・立位での上肢・頸部・体幹運動 ・ステップ運動		起き上がり練習	・上肢支持～上肢フリーでの立ち上がり ・やや腰を浮かし左右に着座	安全な床への着座方法・立ち上がり方法の指導	・片手介助程度～見守りでの歩行練習 ・介助での前後左右・交差歩行	つかまり(両手)での階段昇降	体幹・頭部・眼球の協調運動
4:平地歩行自立	・膝立ち位での重心移動 ・膝立ち位でのボール投げ ・膝立ち位でのステップ運動 ・膝歩き(前後左右) ・膝立ち位⇔横座りの姿勢変換	・継足位やバランスマット上での立位保持 ・立位での重心移動・リーチ運動 ・立位でのアームスイング ・ステップ運動 ・姿勢反応			・上肢フリーでの立ち上がり、着座練習 ・立ち上がりから歩行への移行練習	・床への着座・床からの立ち上がり練習	・歩行練習、クロスステップ、歩行中の減速・加速 ・継足歩行 ・低めの跨ぎ歩行 ・ジャンプ運動	交互足載せ・上肢フリー～つかまり(片手)での階段昇降	体幹・頭部・眼球の協調運動
5:歩行自立	・膝立ち位でのステップ運動 ・膝歩き(前後左右) ・膝立ち位⇔片膝立ち⇔立位の姿勢変換	・片足立ちやバランスマット上での立位保持・大きなステップ運動 ・外乱負荷 ・2～5kgボールでのキャッチボール			・上肢フリーでの立ち上がり、着座練習 ・片足での立ち上がり ・物をもつての立ち上がり、着座練習	体幹の回旋を伴った床への着座など	・交差歩行、継足歩行 ・歩行中の速度や方向の転換 ・高めの跨ぎ歩行 ・二重課題での歩行(ボールをつきながらの歩行など) ・不整地歩行、ジャンプ運動、走行、スキップ	・一足一段での階段昇降 ・物をもつての階段昇降	体幹・頭部・眼球の協調運動

①の続き

注)赤字：動画がアップロードされたメニュー。文字にカーソルを合わせ、クリックすると動画URLへ移行する。

注)歩行能力別の運動療法および練習時間は標準的なものとして例示した。患者の体力や性格、生活環境なども含めて内容を調整する必要がある。

注)基本姿勢や起居動作、歩行練習の際は、患者に適した動作方法や動作のタイミングを指導・誘導する。