

リハビリテーションプログラム表の使い方

POINT 1

Functional Ambulation Categories (FAC) を用いて歩行能力を評価

FAC を用いて歩行能力を評価し、表の【FAC による歩行能力】から当てはまる歩行能力を選択。

Functional Ambulation Categories

分類	定義
0: 歩行不能	・歩行できない ・歩行できても平行棒の中のみ ・平行棒外で歩くためには、2人以上の介助が必要
1: 介助歩行レベル2	・転倒予防のため、平地歩行中に常に必要とする ・介助者は1名のみ ・介助は、バランス保持、運動の手助けだけでなく、体重を支えている
2: 介助歩行レベル1	・転倒予防のため、平地歩行中に介助を常に、あるいは時々必要とする ・介助者は1名のみ ・介助は、バランス保持、運動の手助けだけをするため、軽く触れる程度
3: 監視歩行	・機能的には介助なしで平地歩行可能 ・ただし、自立と判断しづらい、心機能に問題がある、あるいは口頭での指示が必要といった理由があり、安全確保のためにも1名のみ監視者が必要 ・平行棒外で歩くためには、2人以上の介助が必要
4: 平地歩行自立	・平地のみ歩行可能 ・ただし、階段、斜面、あるいは不整地を歩行する際は監視や介助が必要
5: 歩行自立	・平地、不整地、階段、斜面の歩行可能

POINT 2

基礎練習・動作練習（協調性・バランス運動）の項目を選択

選択した歩行能力の列に表示されている【基礎練習】と【動作練習（協調性・バランス運動）】の各プログラムを実施。この際に、【所要時間目安】を参考に実施。

FACによる歩行能力	説明	所要時間目安	基礎練習		動作練習(協調性・バランス運動)									
			ストローク運動	筋力維持増強	持久性運動	基本姿勢での運動			起居動作練習				歩行練習(階段を含む)	
			座位	四つ這い位	膝立ち位	立位	後送り	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	蹴球	
0: 歩行不能	歩行不能の状態にある患者に対しては、歩行練習は実施しない。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										
1: 介助歩行レベル2	歩行練習は、歩行練習のプログラムを実施する。歩行練習のプログラムは、歩行練習のプログラムを実施する。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										
2: 介助歩行	歩行練習は、歩行練習のプログラムを実施する。歩行練習のプログラムは、歩行練習のプログラムを実施する。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										
3: 監視歩行	歩行練習は、歩行練習のプログラムを実施する。歩行練習のプログラムは、歩行練習のプログラムを実施する。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										
4: 平地歩行自立	歩行練習は、歩行練習のプログラムを実施する。歩行練習のプログラムは、歩行練習のプログラムを実施する。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										
5: 歩行自立	歩行練習は、歩行練習のプログラムを実施する。歩行練習のプログラムは、歩行練習のプログラムを実施する。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										

POINT 3

能力や習熟度に合わせてプログラムを組み合わせる

リハビリテーションを行っていく中で、習熟度に合わせて難易度を上げたり、自主練習では安全に行えるプログラムを選択したりと自由な組み合わせが可能です。

FACによる歩行能力	説明	所要時間目安	基礎練習		動作練習(協調性・バランス運動)									
			ストローク運動	筋力維持増強	持久性運動	基本姿勢での運動			起居動作練習				歩行練習(階段を含む)	
			座位	四つ這い位	膝立ち位	立位	後送り	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	蹴球	
0: 歩行不能	歩行不能の状態にある患者に対しては、歩行練習は実施しない。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										
1: 介助歩行レベル2	歩行練習は、歩行練習のプログラムを実施する。歩行練習のプログラムは、歩行練習のプログラムを実施する。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										
2: 介助歩行	歩行練習は、歩行練習のプログラムを実施する。歩行練習のプログラムは、歩行練習のプログラムを実施する。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										
3: 監視歩行	歩行練習は、歩行練習のプログラムを実施する。歩行練習のプログラムは、歩行練習のプログラムを実施する。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										
4: 平地歩行自立	歩行練習は、歩行練習のプログラムを実施する。歩行練習のプログラムは、歩行練習のプログラムを実施する。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										
5: 歩行自立	歩行練習は、歩行練習のプログラムを実施する。歩行練習のプログラムは、歩行練習のプログラムを実施する。	基礎練習 10分 動作練習 10分	歩行練習 10分	蹴球 10分										

各項目についての動画を随時、準備します。「YouTube」の専用チャンネルにリンクする仕様となります。合わせてご利用ください。