

増田 敦子

了徳寺大学健康科学部医学教育センター 教授

### 介護技術習得者と未習得者における移動援助時の身体的負担の違い

体位変換技術未習得者と習得者を対象に体位変換時の身体的負担を生理学的指標と主観的指標により定量的に評価することを目的とした。本研究では身体的負担の増減を、筋電図上の筋活動と VAS や RPE による疲労感で判断した。仰臥位から側臥位への体位変換において、未習得者群は筋電図上、上肢だけで臥床者を側臥位にしていることが明らかになり、腕の疲労感も最大であった。一方、習得者群は上下肢の区別なく体全体の筋肉を使い臥床者を側臥位にしていることが明らかになった。両群の脊柱起立筋と大腿直筋の筋活動は同程度であるが、同部の VAS は未習得者群が有意に高い結果であり、筋活動の大きさは疲労感へ影響していなかった。これらより筋活動の大きさは必ずしも疲労感に影響しないこと、身体的負担感は筋活動の大小と筋活動のバランスによって変化することが示唆された。