

ポジショニング

令和7年度三田地域看護推進会 シンポジウム
兵庫中央病院 皮膚・排泄ケア認定看護師中山とし美 2025.9.20

基本：アライメントを整え、力が入らない（緊張のない）ポジションを創り出すこと

仰臥位での体圧分散の実際

・下肢の挙上

- ・下腿全体に枕を挿入する（できるだけ大腿の奥に挿入）
- ・膝は軽度屈曲位にし、膝の過伸展を予防する
- ・踵骨部の除圧を行う（下肢全体を上げる）
- ・足底に枕をあてる



引用) 褥瘡治療・ケアトータルガイド (照林社,p.75,2009)

体位を変えた後は必ず圧抜きを行う

圧抜きの行い方



マルチグローブ

クッションに密着している部分から手を挿入する



密着した部位から挿入し、足もとへ流し、背面のよれやずれを改善する

挿入位置の注意点



●密着面ではなく隙間から挿入してしまうと、効果がない

引用) エキスパートナー (vol.25,no.11,p73,2009)

- ・殿筋・皮膚のよれをなくす（特に高齢者）
- ・寝衣や寝具のよれや、シワによる圧迫や不快感を防ぐ効果がある

	直接サポート	間接サポート
方法	● 体に直接、ビローやクッションを当てて、体位の保持や姿勢の調整を行うこと	● マットレスの下にビローやクッションを入れて、間接的に体位の保持や姿勢の調整を行うこと
メリット	● 患者の状態（体の凹凸や関節拘縮など）に応じて姿勢を調整できる など	● 痛みの発生や増強を回避できる ● 睡眠を妨げない ● 外力（圧迫やずれ）の影響を受けにくい など
デメリット	● 睡眠を妨げる ● ビローやクッション自体がずれやすく、姿勢が崩れやすい ● 皮膚に外力（圧迫やずれ）が生じやすい など	● 体圧分散マットレスとの併用が必要 ● ビローやクッションがマットレスの下に入ったままになってしまうことがある など

臥位時でのポイント

- ・臥位時には、体幹のねじれに注意する

仰臥位の正常体軸



左側への体軸のねじれ



右側への体軸のねじれ



引用) 褥瘡予防のためのポジショニング (中山書店、p.56,2009)