



みどり



101号 『車椅子の選び方』

2016年8月1日発行／編集責任者 田中 眞／毎月1日発行／群馬県藤岡市篠塚105-1
<http://www.shinozuka-hp.or.jp/center/>

車椅子を選ぶ前に



上の二人の姿勢を見比べて見て下さい。左の人はよく背筋が伸びていますね。右の方の姿勢はとてもだらしく見えます。客観的に見ると、一般的には左の人の方が「いい姿勢」であると思います。

では、座っている本人にとってはどうでしょうか。左の人の姿勢では、短時間はいいかもしれませんが長時間は疲れてしまいます。右の人の姿勢は、特に座っている人は努力していないので比較的楽に座っていることができるでしょう。疲労の面からみれば、右の人の姿勢の方が疲れにくくて「いい姿勢」と言えるでしょう。

次はまた別の写真を見て頂こうと思います。



左側は木のベンチです。硬い素材の為、長時間座っているとお尻が痛くなりますね。右のソファはどうでしょう。ふかふかしているので、楽に座っていられます。では、立ち上がる時はどうでしょう。ソファでは体が埋もれてしまう為、立ち上がりは少し大変になると思います。ベンチではそういったこともなく、スムーズに立ち上がれるでしょう。

車椅子は、動けなくなった人を楽に移動させる道具として開発されました。しかし、現在の使い方は移動のみでなく、車椅子に座って食事を行う、余暇を過ごすなど車椅子の上で過ごすという風になってきていると思います。その過ごす場所が疲れてしまうようでは車椅子を使っている人も長時間座ってられないでしょう。しかし、ソファの例のように安楽だけを追求しすぎてはトイレやベッドに移る際に立ちづらい車椅子となってしまう可能性もあります。

要するに、使用する人、ひとりひとりにあった車椅子を考える必要があります。

車椅子の種類

車椅子は大きく分けて以下の3つに分けられます。

- ①普通型車椅子
- ②モジュラー型車椅子
- ③リクライニング型車椅子

それぞれどのような特徴があるか見てゆきましょう。

①普通型車椅子



一般的に車椅子と言われて想定するのは、この車椅子だと思います。他のものと比較しても一番安価です。また、必要最低限の機能しか備えていない為、畳んだり持ち運んだりもしやすいでしょう。しかし、座面や背面のシートの張りが一定なので、人によっては硬く感じるかもしれません。短時間の使用では差し支えないかもしれませんが、長時間座っていることは大変かと思えます。

②モジュラー型車椅子



普通型車椅子と比較して大きく違う所は、肘掛が外せるという点です。ベッドから車椅子へ乗り移ることを考えてみましょう。普通型車椅子では、しっかり立った後、足踏みをしてお尻の向きを変える必要があります。お一人で立ったり歩いたりできる方であれば、特に苦に感じることはないでしょう。しかし、立ち上がりが大変な方や、他の人が介助する場合は、大変なことが多いです。それが、このモジュラー型車椅子を用いるとどうでしょう。お尻をタイヤにひっかからない程度に持ち上げられれば簡単に移ることが出来ます。実際に移る人、介助する人、両方にとってかなり楽になるのではないのでしょうか。



そして、もう 1 点大きな違いがあります。左の写真を見てください。

車椅子についているカバーをめくると、背もたれや座面の部分が張りを調整できるようになっています。普通型車椅子では張りが強くてお尻や背中が痛くなるという方に対して、背中、お尻全体を包み込むように張りを緩めに調整することができ、使用する人に合わせた安楽性が高い車椅子にすることができます。

③リクライニング型車椅子



この車椅子は、頭までの高さの大きな背もたれがあることが特徴です。普通型車椅子では座っていると首が疲れてしまう方、首に力が入らず首が前に倒れてしまうような方に対して、頭まで寄りかかって座ることが出来るので、座っているときの負担をかなり軽減させられると思います。また、背もたれは倒すこともできる為、横になって休むことも可能です。

しかし、自分で車椅子を動かしたい方によっては、車輪の位置も遠く、大きな背もたれが腕の動きを妨げてしまう為、適しません。また、立ち上がる際も、リクライニングの角度が大きいと体を起こして立つ際の労力が多く必要になります。

終わりに

今回紹介したもの以外にも別の車椅子や併用できるクッションもあります。基本的には安楽を求めれば、動きやすさは失われます（ふかふかのソファの例）。その逆に動きやすさを求めれば、安楽さは失われます（硬いベンチの例）。車椅子を選ぶ上で、使用する人や介助する人にとって何を優先すべきか、その人にとっての「いい姿勢」はなにかを考えることが大切です。

(文責：高木 明康)