



実際の臨床から
こんな質問が！

離床を10倍進めるための

“活きた” Q&A

シリーズ1

離床のリスク管理・
アセスメント編



01. 離床の基礎

◆ 離床の基礎と効果・安全性

曷川元・見波亮
谷 崇史・飯田 祥

- ・ 離床って何ですか？ 6
- ・ なぜ、早くから離床を始める必要があるの？ 7
- ・ 離床はいつから流行っていたのですか？ 8
- ・ 離床すると本当に効果が出るのですか？ 9
- ・ そんなに早くから離床して本当に安全なんですか？ 10
- ・ 手術後すぐに離床して創が開きませんか？ 11

◆ 離床の進め方

- ・ 離床はどの職種が行うべきものですか？ 12
- ・ ヘッドアップと端坐位では効果が違いますか？ 13
- ・ 呼吸が悪い時は体位変換からスタートすべき？ 14
- ・ 腹臥位にはどのような効果があるのでしょうか？ 15

◆ 離床の基準・プロトコル・ゴール設定

- ・ 効率的に離床を進める方法を教えてください。 16
- ・ 離床の開始基準に当てはまった場合離床は禁忌？ 18
- ・ 離床を途中で中止した方がよい場合の基準とは？ 20
- ・ その日の離床レベルの目標はどう決めればよい？ 21
- ・ その日の離床の目標は誰が決めるとよいですか？ 22
- ・ 攻めの離床・守りの離床とはなんですか？ 23
- ・ 守りの離床の時にすべきことを教えてください。 24
- ・ 離床の効果判定はいつどのように行うべきですか？ 26

◆ 離床にまつわるエトセトラ

- ・ 急性期のデータ判読はどのように学べばよい？ 27
- ・ 回復期・生活期など検査データが少ない状況では、どのように離床を進めればよいですか？ 28
- ・ 離床に炎症を抑える作用があるって本当ですか？ 29

02. 離床とアセスメント

黒田 智也

◆ フィジカルアセスメントとは

- ・ 離床になぜアセスメントが必要なんですか？ 30
- ・ フィジカルアセスメントとはなんですか？ 31

03. 呼吸アセスメント

◆ 呼吸の解剖・生理

飯田 祥・音地 亮
高岸 亮太・河合 佐亮

- ・ なぜ右肺が3葉、左肺が2葉なんですか？ 32
- ・ 誤嚥性肺炎が右肺で多いのはなぜですか？ 33
- ・ 左上葉より右上葉に無気肺ができやすい理由とは？ 34

◆ 胸部の聴診

- ・ なぜ背中の聴診が重要なんですか？ 35
- ・ 呼吸音の異常にはどのような種類がありますか？ 36
- ・ パリパリ音がグーグー音に変化、悪化？改善？ 37
- ・ 呼吸音が弱い患者さんの聴診のポイントとは？ 38

◆ 排痰とフィジカルアセスメント

- ・ 排痰できる咳ってどのくらいの勢いが必要ですか？ 39

◆ 胸部の触診

- ・ 胸部の触診を離床に活かすポイントとは？ 40

◆ バルスオキシメーター・動脈血酸素飽和度

- ・ 元気なのにSpO₂が低値を示すのはなぜですか？ 41
- ・ SpO₂の離床中止基準が88%では低過ぎですか？ 42
- ・ SpO₂は指や耳、どの値を参考にすればよいですか？ 43

◆ 呼吸疾患と離床に関する Q&A

- ・ 動作時に息切れがひどいCOPD患者さん指導法は？ 44
- ・ CO₂ナルコーシスのある患者さんの離床はできる？ 45
- ・ 保存治療の気胸患者さんの離床のポイントとは？ 46
- ・ 緊張性気胸の症状はどのように見分ければよい？ 47

04. 循環アセスメント

◆ 血圧と離床

高村 雅直・鶴 良太
小島 巖・櫻木 聡・飯田 祥

- ・ 血圧の値を離床のリスク管理にどう役立てる？ 48
- ・ 平均血圧がすぐ確認できない時はどうすればいい？ 50
- ・ 脈の触知で血圧を予測できますか？ 51
- ・ Aラインとマンシェットの血圧どちらを目安にする？ 52
- ・ 拡張期血圧のみ高い時離床は進めてもよいですか？ 53
- ・ マンシェットで測ってはいけない場合とは？ 54



◆ 心拍数・脈拍数と離床

- ・離床時に50回/分と徐脈で継続して大丈夫ですか？55
- ・心拍数と脈拍数のどちらの値をみればよいですか？56

◆ 循環血液量・体水分バランスと離床

- ・CVPの値を離床時のリスク管理に役立てるには？57
- ・体水分In-Out Balanceを用いたリスク管理とは？58
- ・発熱時には不感蒸泄がどのくらい増えるの？60
- ・週周期の侵襲と離床の注意点を教えてください。61
- ・「尿量0.5mL/kg/h未満」を乏尿とする根拠とは？62
- ・出血時の循環動態の変化と離床への影響とは？63

◆ 心不全と離床

- ・Nohria分類に基づいた離床のしかたとは？64
- ・手足の冷感の原因が心不全かそれ以外かの鑑別とは？66
- ・尿道カテが留置されていない時の尿量把握方法は？67
- ・心不全患者さんに食欲低下が起こる理由は？68
- ・心不全で症状が乏しい方の重症度をみるコツは？69

05. 疼痛のアセスメント

田中 亮太・飯田 祥

◆ 疼痛の評価と離床

- ・離床時に痛みを訴えている患者さんがいます。どのくらいの痛みが出たら中止すべきですか？70
- ・離床時に痛みが起りやすい動作とは？71
- ・急性痛と慢性疼痛で離床時のアプローチは異なる？72

◆ 鎮痛剤の種類と離床

- ・痛みの種類によって鎮痛薬は使い分けとは？74
- ・外科術後の疼痛を鎮痛剤でコントロールできないときは、無理に離床しないほうがよいでしょうか？75

06. 運動機能のアセスメント

上谷 裕哉・實 結樹・飯田 祥

◆ 筋力低下と離床

- ・低カリウム血症でなぜ筋力低下が起こるのですか？76
- ・安静臥床で筋力低下はどうして起こるのですか？77
- ・ICU-AWってなんですか？離床はできますか？78

◆ 運動機能のテスト・スクリーニング

- ・超急性期の筋力をどう評価すればよいですか？80
- ・立位や移乗の前に動作能力を評価する方法とは？82
- ・在宅でバランスを簡単に評価する方法とは？83
- ・運動麻痺の評価をMMTで行ってもよいですか？84
- ・関節可動域制限は日常生活にどんな影響がある？85
- ・バランス能力の評価スケールでお勧めは？86

◆ 筋力トレーニングと栄養

- ・食欲がない患者さんにタンパク摂取を促すには？87
- ・タンパクは筋トレの後いつ摂るとよいですか？88
- ・高齢者は高強度と低強度の運動どちらが有効？89

07. 脳神経のアセスメント

山田 航平・新名 大介・飯田 祥

◆ 脳卒中と離床のリスク管理

- ・脳卒中病型別にみた離床の基準とは？90
- ・脳卒中ではSBPとDBPのどちらが重要ですか？91
- ・なぜ脳卒中急性期で脳圧管理が大切なんですか？92
- ・くも膜下出血術後の脳血流速度のAw値は？93
- ・オザグレルナトリウムを使用中の離床の留意点とは？94
- ・中枢性過高熱のときに離床しても大丈夫ですか？96

◆ 脳卒中における合併症のみかた

- ・視床痛で困る患者さんの対策を教えてください。97
- ・けいれん後の一時的な運動麻痺は離床できる？98
- ・離床に影響する高次脳機能障害には何がある？99
- ・「アバシー」か「うつ」かを判別するコツは？100
- ・脳出血後の患者さんで、気分が乗らず離床が進まない方がいて困っています。どうすればいいですか？101

◆ 脳神経系の評価

- ・脳卒中のMRI画像でお勧めの撮像法はどれか？102
- ・入院時の運動麻痺で機能予後を予測する方法とは？103
- ・意識障害の時に眼球運動の評価を行う方法とは？104

08. 意識障害・精神・モチベーション

櫻木 聡・河合 佑亮
濱崎 徹志・黒田 智也

◆ 意識状態のアセスメント

- ・離床中の意識レベル低下はどのような障害を疑う？105
- ・意識評価はJCSとGCSのどちらがよいですか？106
- ・「意識レベル低下」と「傾眠」の判別とは？108
- ・意識評価時の痛み刺激の力と部位はどう行う？109

◆ せん妄のアセスメント

- ・離床時に有用なせん妄の評価スケールはなに？110

◆ 精神状態と離床

- ・うつや双極性障害の患者さんは離床してもよい？111

◆モチベーションのアセスメント

- ・離床のモチベーション低下の原因とは？112
- ・離床や活動のモチベーションを客観的に評価できる、有用なスケールを教えてください。113



09. 消化器状態のアセスメント

足立 拓也・中村 美春・飯田 祥

◆ 腹部の視診

- ・腹部視診のポイントと離床を見合わせる所見とは？ ... 114
- ・腹部を触診で離床を見合わせるべき所見とは？ 115
- ・腹部の打診音の特徴を教えてください。 116
- ・腹部の聴診は一方所聴けばよいというのは本当？ 117

◆ 消化器の異常と離床の留意点

- ・お腹が出ている原因が腹水か脂肪の鑑別は？ 118
- ・離床が消化器に与える影響について教えてください。 ... 119
- ・頻繁な下痢で離床が中断。何か工夫はありますか？ ... 120
- ・食欲不振と胃痛で離床を拒否。対策はある？ 121
- ・なぜ、高齢者は長期臥床で血便が出やすくなるの？ ... 122
- ・腸内環境が悪いとなぜ肝機能の悪化するの？ 123

10. 認知症のアセスメント

飯山 有紀・黒田 智也

◆ 認知症の基礎評価と離床

- ・認知症の重症度はどのように判断すればよいのか？ 124
- ・認知症患者さんに起こるBPSDとはなんですか？ 125
- ・もの忘れと認知症を見分けるポイントとは？ 126
- ・認知症患者さん転倒リスクを評価する方法とは？ 127
- ・認知症スクリーニングではHDS-RとMMSEのどちらを使うのがよいですか？ 128

◆ 認知症患者への対応

- ・物盗られ妄想への上手な対応を教えてください。 129
- ・認知症で食事が進まない時は経管栄養がよい？ 130
- ・暴言や暴力により対応があれば教えてください。 131
- ・訴えが乏しい方の痛みの評価はどうすればよい？ 132

11. 摂食・嚥下のアセスメント

田口 充・中村 昌孝・飯田 祥

◆ 嚥下障害のアセスメント

- ・離床をすすめる上で嚥下機能評価はなぜ必要？ 133
- ・嚥下障害が起こりやすい患者さんの特徴とは？ 134
- ・重度貧血・心不全で低栄養状態の時、何をみる？ 135
- ・嚥下に必要な舌の機能は何を評価すべき？ 136
- ・なぜ、嚥下のために呼吸機能を評価するの？ 137
- ・舌圧測定なしでオーラルフレイルを評価するには？ ... 138
- ・視診で軟口蓋挙上不全が判断しにくい時の評価は？ ... 139

◆ 嚥下障害に対するアプローチ

- ・ミキサー食、ペースト食にもトロミが必要ですか？ ... 140
- ・咽頭反射が弱い患者さんの食事介助の注意点は？ 141
- ・嚥下障害者の食事姿勢をどう使い分けたらよいのか？ ... 142
- ・完全側臥位法のメリットとデメリットとは？ 143
- ・完全側臥位法はどのような患者さんに有効なの？ 144
- ・シャキア法が上手く行えない患者さんの嚥下の筋力トレーニングでよい方法はありますか？ 145
- ・アイスマッサージにエビデンスはありますか？ 146

◆ 口腔ケア

- ・歯がない患者さんへの口腔ケアのポイントとは？ 147

12. 栄養のアセスメント

福勢 麻結子・松本 大輔
川瀬 和弘・飯田 祥

◆ 栄養と離床の基礎

- ・低栄養だと筋力に悪い影響が出るって本当ですか？ ... 148
- ・低栄養の3大原因とはなんですか？ 149

◆ 栄養状態を評価するスケール・ツール

- ・離床に必要な栄養評価するスケールは何がいい？ 150
- ・離床を慎重に進めるべき栄養状態とは？ 151
- ・栄養評価から生命予後の予測は可能ですか？ 152
- ・回復期で低栄養をどう評価すればよいですか？ 153

◆ 低栄養に対する離床とケア

- ・ビタミンDが転倒に関わっているって本当？ 154
- ・強い炎症が持続する患者さんの離床はどうする？ 155
- ・経管栄養投与の最中に離床しても大丈夫ですか？ 156
- ・経管栄養投与後のリハビリはいつから？ 157
- ・嘔吐しにくいのは右側臥位と左側臥位のどっち？ 158
- ・食事量が増えず離床効果が出ないときの対策は？ 159
- ・食欲低下を起こす可能性がある薬剤とは？ 160
- ・胃切除後に食事回数を増やすことは有効ですか？ 161

◆ サルコペニアと離床

- ・サルコペニアとフレイルの違いはなんですか？ 162
- ・ダイナペニアとは何？離床で予防できますか？ 163
- ・高齢者はどこの筋にアプローチすればよいですか？ ... 164
- ・機器がないとサルコペニアは評価できないの？ 165
- ・サルコペニアと廃用性筋萎縮の対策は同じ？ 166
- ・サルコペニア対策には1日何歩歩けばよいの？ 167
- ・運動と栄養以外のサルコペニア対策とは？ 168

- ・文献 169
- ・謝辞・協力 173