



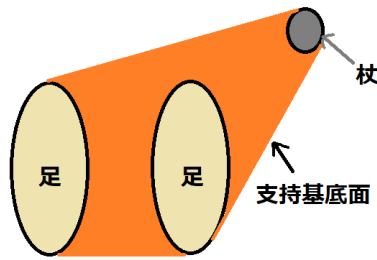
初秋の候、貴社ますますご発展のこととお慶び申し上げます。

今回はT字杖について紹介したいと思います。T字杖は体重を支えることには適していません。それでもT字杖を使うと歩行が安定しますよね。なぜなら支持基底面が大きくなるからです。支持基底面とは地面に接している面積とその間の領域を指します(図参照)。そして人の歩行は支持基底面が大きい程安定します。他にもT字杖を持つことで歩行のリズムが良くなったり歩行への意欲が高まったりする可能性があることが分かっています。デメリットとしては腰痛のリスクが高まることも知られています。T字杖の高さ設定を誤ると動作が崩れてしまうこともあるので注意が必要です。

○杖の設定



- ・良い足側の手で持つ。
- ・杖の位置はつま先より15cm前、15cm外側。
- ・杖の高さは肘を30°曲げた高さ。もしくは腕を伸ばした状態の手首の高さ。



何かとご多用とは存じますが、
くれぐれもご無理などなさらないようご自愛ください。

訪問看護リハビリステーションあるふぁ 相模大野
〒252-0307 神奈川県相模原市南区文京 1-4-5 ピアレジ文京 1-B
TEL 042-701-3775 FAX 042-701-3776