

「まちがいだらけ」の ベッドの選び方・使い方

監 修

株式会社ふつうの暮らし研究所 代表取締役
一般社団法人福祉用具活用相談センター 理事長
吉川 和徳

コネクトリハビリテーション 代表
山形 茂生





電動ベッドはどれも同じ？

いろいろな種類がある電動ベッド、「どんな機能があるのか、どうやって使うのか、本人に合っているのか」など困った経験はありませんか？

このガイドブックでは、退院して家に帰って来た**松じい**と、初めての介護に奮闘する**小梅おばあちゃん**と一緒に、ベッドの選び方・使い方をご紹介します。

ベッドを正しく使うことでご本人が安全で健康な生活を送れるようになるのはもちろん、ご家族や職員の方の介護や腰痛予防のサポートになればと思います。



監修

株式会社ふつうのくらし研究所 代表取締役
一般社団法人福祉用具活用相談センター 理事長

吉川 和徳

理学療法士、シーティング・コンサルタント。2004年NPO法人日本シーティング・コンサルタント協会設立、座位姿勢の重要性を広めるなどシーティング、ポジショニングに関して多方面で活躍中。著書：「シーティング入門」など。

コネクトリハビリテーション 代表

山形 茂生

作業療法士。福祉用具プランナーやリフトリーダー研修会、移乗・移動に関する研修会等数多くの研修会で福祉用具の活用に関して講師を務める。元別府リハビリテーションセンターリハ支援課 課長。NPO福祉用具ネット理事、日本リハビリテーション工学協会理事。



イラスト制作

ライフデザインワークス 代表
理学療法士・イラストレーター・漫画家

志田 清美

01 背上げをするとずり落ちる	3
02 背上げをすると横倒れする	5
03 TVが見えにくい	7
04 清拭が大変（寝返りが大変）	9
05 床ずれが治らない	11
06 飲み込みにくい	13
07 口腔ケアが上手くできない	15
08 息切れによる動作困難がある	17
09 円背で仰向けに寝られない	19
10 起きたり寝たりするのが大変	21
11 ベッドからの転落・乗り越え	23
12 床に座り込んでしまう	25
13 家族と一緒にこたつに入りたい	27
14 立位や移乗が大変	29
15 背上げをするとベッド上の物が落ちる	31
● ベッドのご紹介	33
● ポジショニングベッドに期待できる効果	35
● ポジショニングベッドの3つのシリーズ	37

背上げをするとずり落ちる



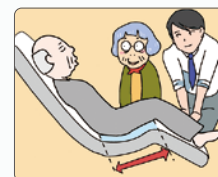
寝る位置(膝の位置)を合わせましょう



脚の付け根と膝の位置をベッドの曲がる位置に合わせましょう。
その時、ふとももの長さとボトムの長さがあまり変わらないベッドを選びます。

◎ いいね!

ポジショニングベッドでは、使う方のふとももの長さにあわせてベッドの曲がる位置を調節できます。



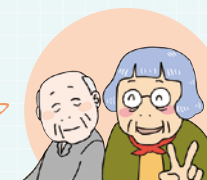
👍 ワンポイント

膝の位置が合わない場合は、クッションなどを挟むとずれが少なくなります。おおむね身長140cm以下の方にはクッションが必要です。



ポジショニングベッドで解決!

ずれない背上げ◎



背上げをすると横倒れする



横倒れしにくい背上げをしましょう



① 身体を保持できる角度(10°程度)まで少しずつ背上げをします。



② ハイバックサポート機能を使い、頭-背部だけ上げることで、安定した背上げを行います。



ベッドからの転落予防と身体の保持のため、ロングタイプのサイドレールを使いましょう。

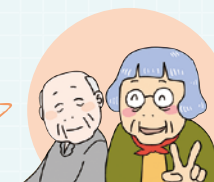
！ 注意

無理に背上げを行うと、横倒れによるすき間での挟まれ事故など大きな事故につながる恐れがあります。自分で身体を保持できない方は、十分に注意しましょう。



ポジショニングベッドで解決！

安定した背上げ◎



背上げをすると横倒れする



姿勢を起こし視線を前に向けましょう



ポジショニングベッドでは、ハイバックサポート機能により頸部の角度を調節できます。



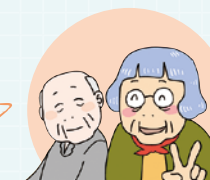
ワンポイント

背上げおよび背下げを行った後は、圧抜きを行いましょう。
スライディンググローブをはめ、身体が前にずれないように膝を押さえて
① 腰から背中、② おしりの下、③ かかと、ふくらはぎ、ふとももの順にマットレスとの間に手を入れます。

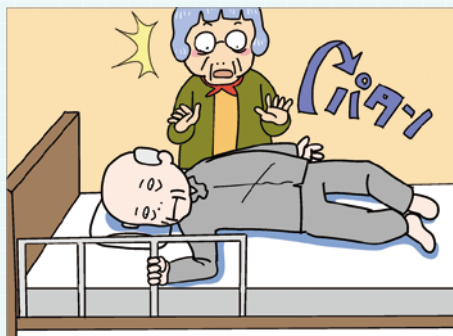
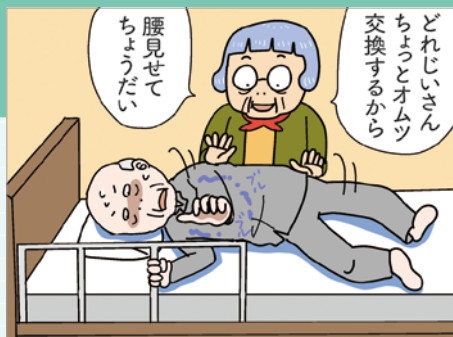


ポジショニングベッドで解決！

TVが見やすい◎



清拭が大変（寝返りが大変）



頭を起こした自然な寝返りをしましょう



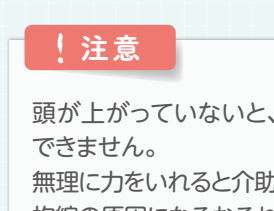
① ハイバックサポート機能を使い、頭だけを少し上げます。重心を身体の中心に近づけることで、寝返りがしやすくなります。



② 膝を立て足のうらに体重をのせます。立ったり歩いたりする準備にもなります。



③ 骨盤をささえ、足先の方向に押しながら寝返りさせます。



④ 肩をささえ、頭の方に押しながら寝返りさせます。

！ 注意

頭が上がっていないと、本人の力での自然な寝返りができません。
無理に力をいれると介助者の負担も大きく、本人の変形・拘縮の原因になるおそれもあります。



ポジショニングベッドで解決！

寝返りしやすい◎

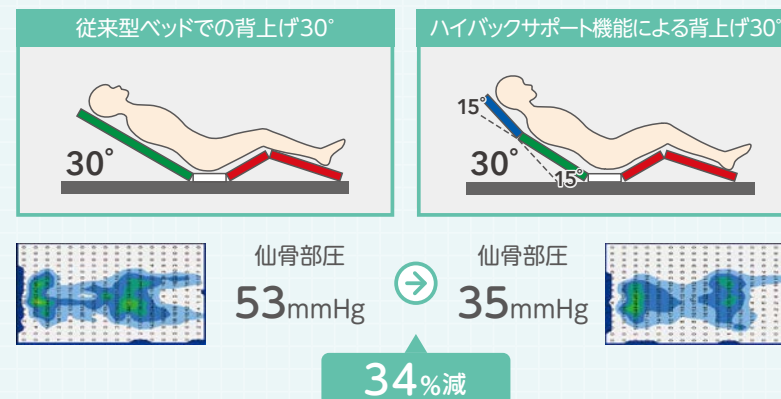


床ずれが治らない

身体にかかる
ズレカ・圧力を減らしましょう

ハイバックサポート機能を使い、頭・背部(ハイバック)と腰部(ローバック)を別々に背上げを行います。

従来の背上げに比べ、ズレカと身体への圧力を軽減できます。クッションを使つてのポジショニング時も、身体の部位別に細かな角度調節が行えるようになります。



被験者:身長165cm 体重55kg 女性 計測機器:FSA(タカノ社製) サンキューポイントマットレス使用時
※データは一例です。測定値には個人差があります。

◎ いいね!

背上げが必要な食事や口腔ケアの時も、低い背上げ角度のまま頭・背部だけを上げることができるので、仙骨部の圧を軽減することができます。

また身体とベッドの接地面積が増えることで、広い面で身体を支えることができ、リラックスした姿勢をつくります。

ポジショニングベッドで解決!

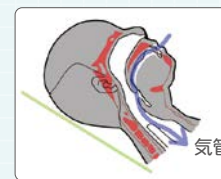
床ずれ治療をサポート◎



床ずれが治らない

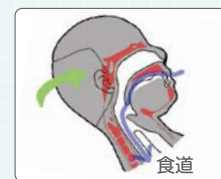


頭を起こし、 あごを引いた姿勢をつくりましょう

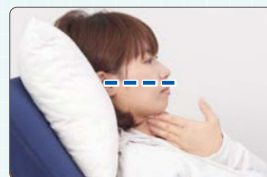


通常の背上げだけでは食道と
気管が直線になり、食べたもの
が肺に入りやすくなってしまい
ます。

ハイバックサポート機能を使えば…



頸部の角度を電動で調節でき
ます。あごを引き、食べたものが
食道に流れるようにして誤嚥を
少なくしましょう。



頭を起こす角度は、首とあごの間に指が3～4本入る
程度で、耳と鼻の下とを結んだ線が水平になるくらい
が目安です。



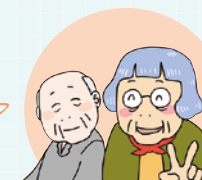
ワンポイント

腕の重さが、嚥下する(飲み込む)筋肉に影響する場
合があります。「上肢のポジショニング」もしっかり行いま
しょう。



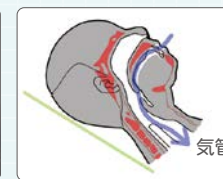
ポジショニングベッドで解決!

飲み込みやすい◎



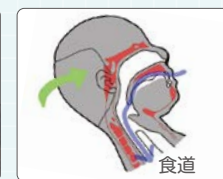


頭を起し、あごを引いた姿勢をつくりましょう

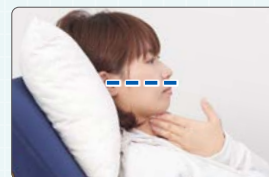


通常の背上げだけでは食道と気管が直線になり、細菌を含んだ唾液が肺に入りやすくなってしまいます。

ハイバックサポート機能を使えば…



頸部の角度を電動で調節できます。あごを引き、唾液が食道に流れるようにして誤嚥を少なくしましょう。



頭を起す角度は、首とあごの間に指が3～4本入る程度で、耳と鼻の下とを結んだ線が水平になるくらいが目安です。

手や器具を嚥んでしまう方には？



オーラルケア社
デンタルブロック



ザイコア・インターナショナル社
オーラルバイト

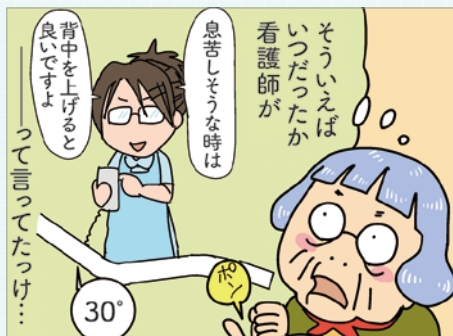
無理やり口をこじあけたり、指で舌を押さえるのではなく、様々な用具を活用しましょう。

ポジショニングベッドで解決！

むせない口腔ケア◎



息切れによる動作困難がある



めまいを起こさず 呼吸しやすい姿勢をつくりましょう

ハイバック20°+ローバック30°



背上げ機能を利用し、上体を起こすことで横隔膜が広がり、換気量が増え、呼吸が楽になります。

ハイバックサポート機能を使うと、背上げは30°のまま、頭部だけを50°まで上げることができます。

背上げ30°



背上げ50°



背上げ30°では息苦しいままの場合、背上げ50°では低血圧の方はめまいを起こしてしまう場合があります。

呼吸がしやすい姿勢とは？

背上げだけ30°起こすよりも、背上げ30°+ハイバック20°を起こしたほうが肺活量は増える傾向にあります。これは、頭部や頸部の前屈が腹部の筋肉の活動を促す効果があるためです。

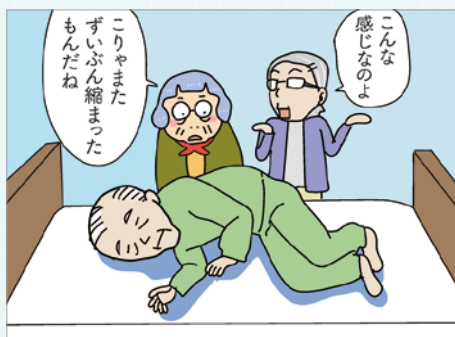
ポジショニングベッドで解決！

呼吸がしやすい◎



息切れによる動作困難がある

円背で仰向けに寝られない

身体に合わせて
調節できるベッドを使いましょう

① ベッドと身体のすき間にはクッションを使用しましょう。



② 背中の湾曲部にあわせてハイバックサポートの角度を調節します。



股関節の可動域が狭く背上げが困難な方や、腹圧がかけられない妊娠中の方にも、仰向けで快適な背上げを行うことができます。

◎ いいね！

ハイバックサポート機能を使うことで、背中の湾曲に合わせた微調整を行うことができます。電動で調節できるため、介助する方がかわったり、介助の上手い下手に関わらず、同じ状況が作りやすくなります。また、クッションなどの道具が少なくて済みます。

ポジショニングベッドで解決！

円背のポジショニング◎



起きたり寝たりするのが大変



頭から起きる自然な起きあがりをしましょう



- ① ハイバックサポート機能を使い、頭だけを少し上げます。
重心を身体の中心に近づけることで、寝返りがしやすくなります。



- ② 膝をたて、寝返りをします。
膝を立てることで寝返りがしやすくなり、姿勢も安定します。



- ③ ベッド側(身体の下側)の肘をつき、手をついて起きあがります。足を床におろし、背を起こしましょう。

！ 注意

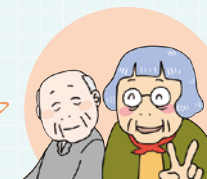
頭が上がっていないと、本人の力での自然な起きあがりできません。無理に力をいれると介助者の負担も大きく、本人の変形・拘縮の原因になるおそれもあります。

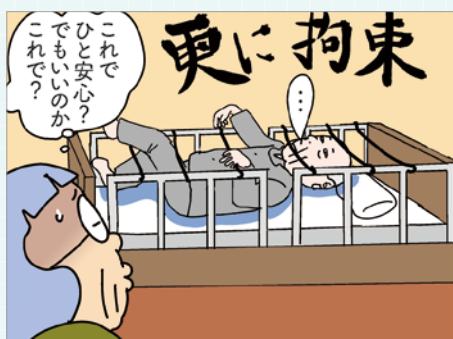
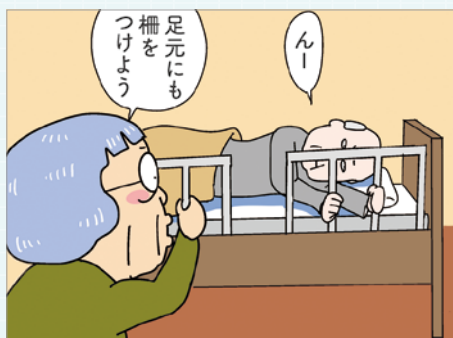
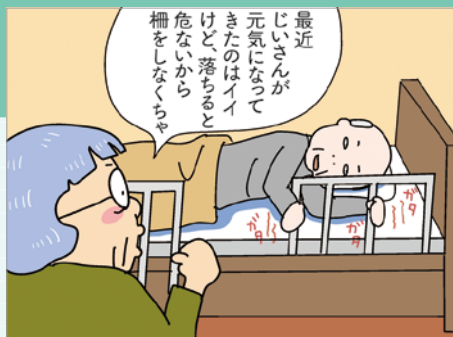
また、背下げを行う際は、一度に角度を下げると気分が悪くなったりめまいを起こすおそれがあるため、下げる途中で一旦止めて、少し時間をおいてから下げるようにしましょう。



ポジショニングベッドで解決！

起きあがりやすい◎





転落時の衝撃を やわらげる環境をつくりましょう



おやすみになるときはベッドを1番低い位置まで下げます。超低床ベッドを使うことで、より床に近づけることができます。



認知症などでサイドレールを乗り越えようとする恐れがある場合は、サイドレールは外します。サイドレール受けは簡単に収納できるため、万が一の転落時身体をぶつけてのケガも防げます。



ベッドの横に衝撃吸収マットレスなどを敷くことで、より衝撃をやわらげます。



認知症に伴う行動・心理症状（BPSD）について

ベッドからの転落・乗り越えといった状況は、認知症の中核症状である記憶障害や見当識障害、理解力・判断力の低下に伴う行動・心理症状（BPSD）の可能性があります。そういう時には「本人の不安要素を探す」「気持ちを好きなことに逸らす」「一緒に歩く」などの対応をしましょう。決して否定や、身体的拘束などの行動を制限する行為をしてはいけません。

ポジショニングベッドで解決！

おやすみ時の転落予防◎



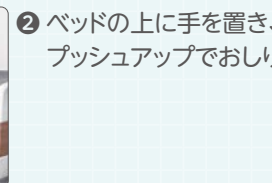
床に座り込んでしまう



ベッドに上がりやすい環境をつくりましょう



- ① ベッドを1番低い位置まで下げます。
超低床ベッドを使うことで、より床に近づけることができます。



- ② ベッドの上に手を置き、プッシュアップでおしりを浮かせます。



- ③ ベッドに身体の重心を移動させ、ベッドに上ります。

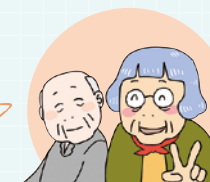
！ 注意

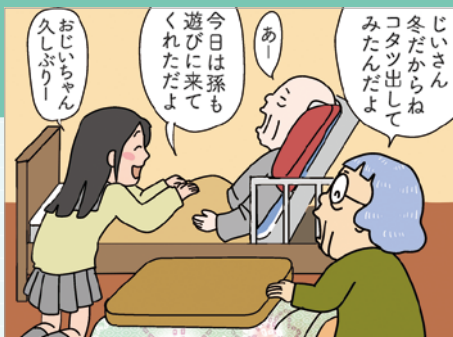
ベッドが高い位置のまま、無理に引っ張り上げるのはやめましょう。介助者の負担も大きく、骨折など本人のケガにつながるおそれもあります。



ポジショニングベッドで解決!

ベッドに上がりやすい◎





ベッドから安全に 床に下りられる環境をつくりましょう



- ① ベッドを1番低い位置まで下げます。
超低床ベッドを使うことで、より床に近づけることができます。



- ② 背上げ機能を使い背を起こし、
ベッドに腰掛けます。



- ③ おしりを滑らせるようにして床におり、
腕の力を使ってこたつまで移動します。



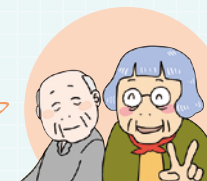
おやすみの時も同じ目線で

超低床ベッドを使えば、ご家族がお布団をお使いの場合でも、
同じ目線でおやすみになれます。夜間の安否確認もしやすく
安心です。

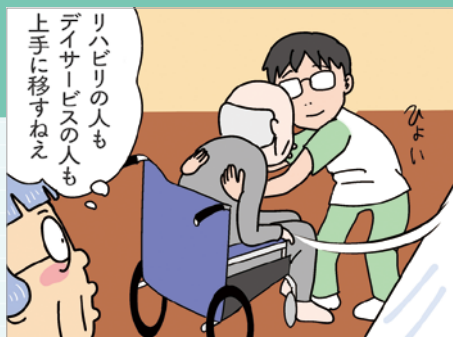


ポジショニングベッドで解決!

こたつに入れる◎



立位や移乗が大変

ひざ当てパッドの付いた
ベッド用グリップで安全に移乗しましょう

① グリップ部を90度を開き、膝をパッドにあてます。
このとき車いす側の足を前に出します。



② グリップと車いすのアームサポートを握り、お尻を
上げます。
膝をパッドで支えるので、立位が安定します。



③ 車いすへ移ります。



パッドでひざを支えるため、介助者の負担の少ない
後方介助も安全におこなうことができます。



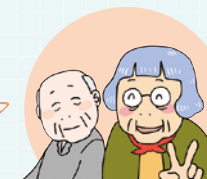
ワンポイント

アームサポートが外れる車いすを使いましょう。
車いすへ移乗する場合は、ベッドよりも車いす
の座面の高さを低くします。



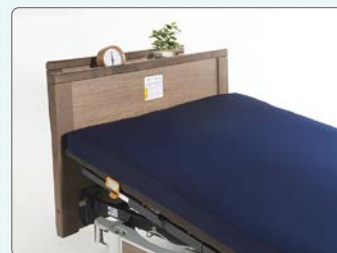
ポジショニングベッドで解決!

安全な移乗◎





棚付きのベッドを使いましょう



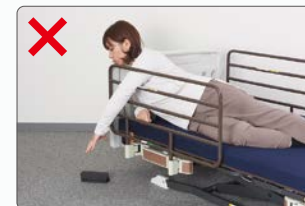
棚はティッシュが置けるサイズです。
時計やメガネなどを置くことができます。



ベッド脇の棚が不要になり、
お部屋のスペースを広く使うことができます。

！ 注意

落ちた物を拾おうとしてサイドレールやボード
とのすき間に首が挟まる事故の恐れもあります。
枕元には物を置かないようにしましょう。



ポジショニングベッドで解決！

枕まわりの整理整頓◎



ベッドのご紹介

新しい背上げ。誤嚥リスクの低減、ズレ力の軽減に

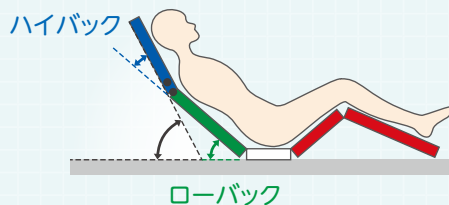
ポジショニングベッド

ポジショニングとは、クッションなどを活用して身体各部の相対的な位置関係を設定し、目的に適合した姿勢(体位)を安全で快適に保持することです。(日本褥瘡学会HPより)

この考えのもと、ポジショニングベッドは「ハイバックサポート機能」と「フィッティング機能」を搭載、背上げ時のズレ力の軽減とリラックスできる快適な姿勢を実現しました。

ハイバックサポート機能

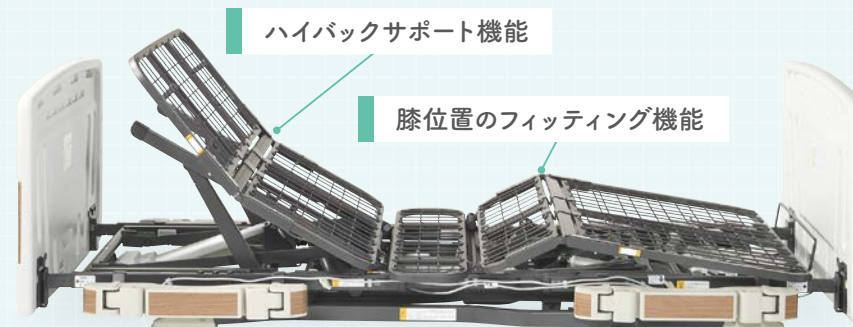
背上げを「ハイバック：頭-背部」と「ローバック：腰部」の2つに分け、それぞれの角度を調節しながら背上げをおこないます。嚥下や呼吸がしやすい姿勢をつくれます。



背上げ45°



ハイバック20°+ローバック45°



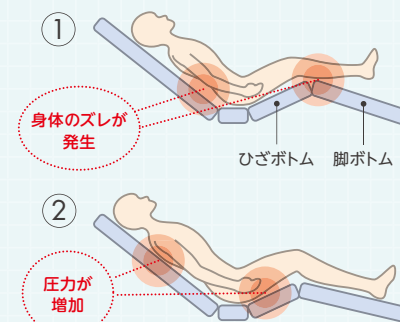
膝位置のフィッティング機能

膝位置のフィッティング機能は利用者の大腿部の長さに合わせ、パーツの変更なしでひざ脚ボトムの屈曲位置を2段階に調節できるので、ズレの少ない快適な背上げをサポートします。

ピンを外して
左右にずらすだけの
簡単調整!

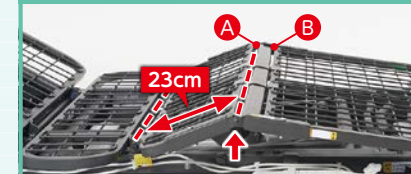


「ひざ脚ボトム」の
屈曲位置と膝関節の場所が合っていないと...

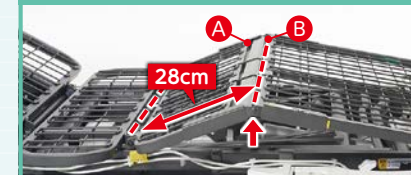


⚠ 褥瘡(床ずれ)の原因になります

身長175cm未満の方 A位置に設定



身長175cm以上の方 B位置に設定



ポジショニングベッドに期待できる効果

誤嚥リスクの低減

背上げ時に頸部の角度を調節することで、腹圧を軽減し、嚥下しやすい姿勢の再現が可能です。摂食嚥下リハビリテーションのサポート、誤嚥リスクの低減が期待できます。

ハイバックサポート機能 未使用時



背上げ30°

ハイバックサポート機能 使用時



ハイバック20°+ローバック30°

呼吸がしやすい姿勢に

背圧や腹圧を軽減し横隔膜を広げ、呼吸がしやすい快適な姿勢をつくります。また、体幹上部を屈曲することで、循環器への負荷を抑える効果が期待できます。



円背の方から妊娠中の方まで、幅広くポジショニングをサポートします

円背の方でも、脊柱の湾曲部にハイバックサポートの角度を合わせることができる場合、背上げ時の適切なポジショニングが可能です。

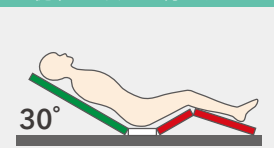
股関節の可動域が狭く背上げが困難な方や、腹圧がかけれない妊娠中の方にもズレカの少ない快適な背上げを提供します。

褥瘡（床ずれ）リスクの低減（ズレカ、圧力の軽減）

ハイバックサポート機能を使った背上げは従来の背上げに比べ、ズレカと身体への圧力を軽減できます。背上げ後の静止状態でのズレカと圧力も軽減し、深部組織損傷(DTI)のリスクを低減。褥瘡(床ずれ)対策のポジショニングをサポートします。

背上げ30°の場合

従来型ベッドでの背上げ30°



仙骨部圧

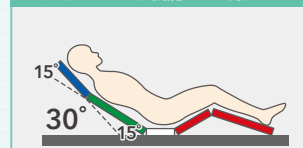
53 mmHg

仙骨部圧

35 mmHg

34%減

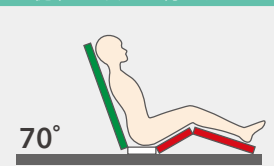
ハイバックサポート機能による背上げ30°



従来の背上げ30°に比べ
仙骨部への圧力が約34%減少

背上げ70°の場合

従来型ベッドでの背上げ70°



仙骨部圧

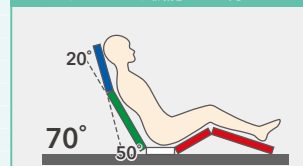
123 mmHg

仙骨部圧

75 mmHg

39%減

ハイバックサポート機能による背上げ70°



従来の背上げ70°に比べ
仙骨部への圧力が約39%減少

被験者:身長165cm 体重55kg 女性 計測機器:FSA(タカノ社製) サンキューポイントマットレス使用時
※データは一例です。測定値には個人差があります。

ポジショニングベッドに期待できる効果

ポジショニングベッドの3つのシリーズ

超低床介護用ベッド

ラフィオ
Rafio

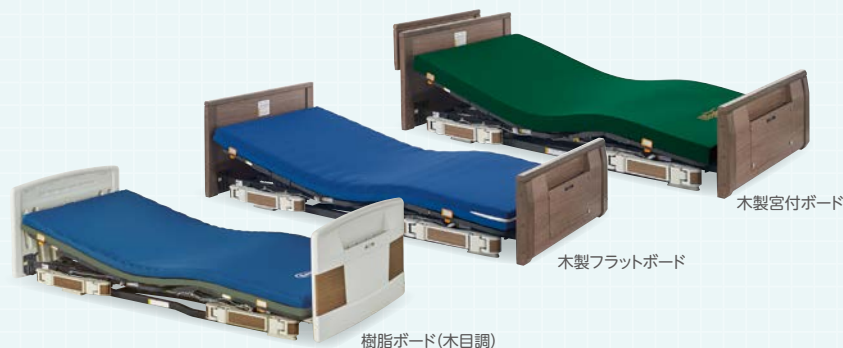


詳しい説明や動画は
こちらから >>>



<http://www.platz-ltd.co.jp/product/rafio/rafio/>

ベッドの高さに不安がある方にも安心の超低床ベッド



介護施設用電動ベッド

Ardel
アーデル

詳しい説明は
こちらから >>>



<http://www.platz-ltd.co.jp/product/ardel/>

さまざまな介護環境に対応する介護施設用ベッド



医療施設用電動ベッド

P300
シリーズ

詳しい説明や動画は
こちらから >>>



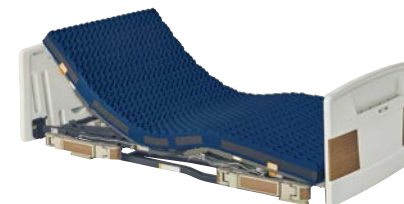
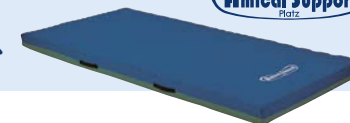
<http://www.platz-ltd.co.jp/product/medicalbed/p300/>

搬送性や業務効率性に優れた医療施設用ベッド



ポジショニングベッド対応マットレス
アミカルサポートマットレス

Amical Support
Platz



中材の表面・裏面・屈曲位置に
高伸縮ウレタンを採用。

ポジショニングベッドの動きに
無理なく追従し、ベッドの性能をフルに
発揮させます。



勉強会・デモンストレーション承ります

ケアマネジャー様、福祉用具専門相談員様、介護・看護職員様向けに
身体状況に応じたベッドの使用方法などの勉強会を開催しております。

お時間・内容についてはお近くの支店・営業所まで

お気軽にご相談ください。

製造元



医療介護ベッドメーカー

株式会社プラッツ



挑戦します！
お客様の笑顔のために。

■本社／ショールーム

〒816-0921 福岡県大野城市仲畑2-3-17
TEL.092-584-3434 / FAX.092-584-3436

■北海道支店

〒003-0005 北海道札幌市白石区東札幌五条
1-2-22-102

TEL.011-807-4750 FAX.011-807-4751

■東北支店

〒983-0014 宮城県仙台市宮城野区高砂1-1-15
TEL.022-781-7072 FAX.022-781-7062

■関東支店・関東ショールーム

〒143-0006 東京都大田区平和島6-1-1

TRCセンタービル7F

TEL.03-5763-5425 FAX.03-5763-5426

■東海支店・東海ショールーム

〒465-0025 愛知県名古屋市中東区上社1-402
TEL.052-737-2230 FAX.052-737-2231

■関西支店・関西ショールーム

〒578-0911 大阪府東大阪市中新開1-4-12
TEL.072-943-2723 FAX.072-943-2724

■中四国支店

〒721-0907 広島県福山市春日町7-2-6
TEL.084-946-6000 FAX.084-946-6040

■九州支店(本社内)

〒816-0921 福岡県大野城市仲畑2-3-17
TEL.092-584-3433 FAX.092-502-3810

■ご意見・ご質問等は

pinfo@platz-ltd.co.jp

<https://www.platz-ltd.co.jp>