

# 目次

**01**

---

寝返り～起き上がり

**02**

---

座位

**03**

---

上肢リーチ

# 寝返りでの観察・分析ポイント

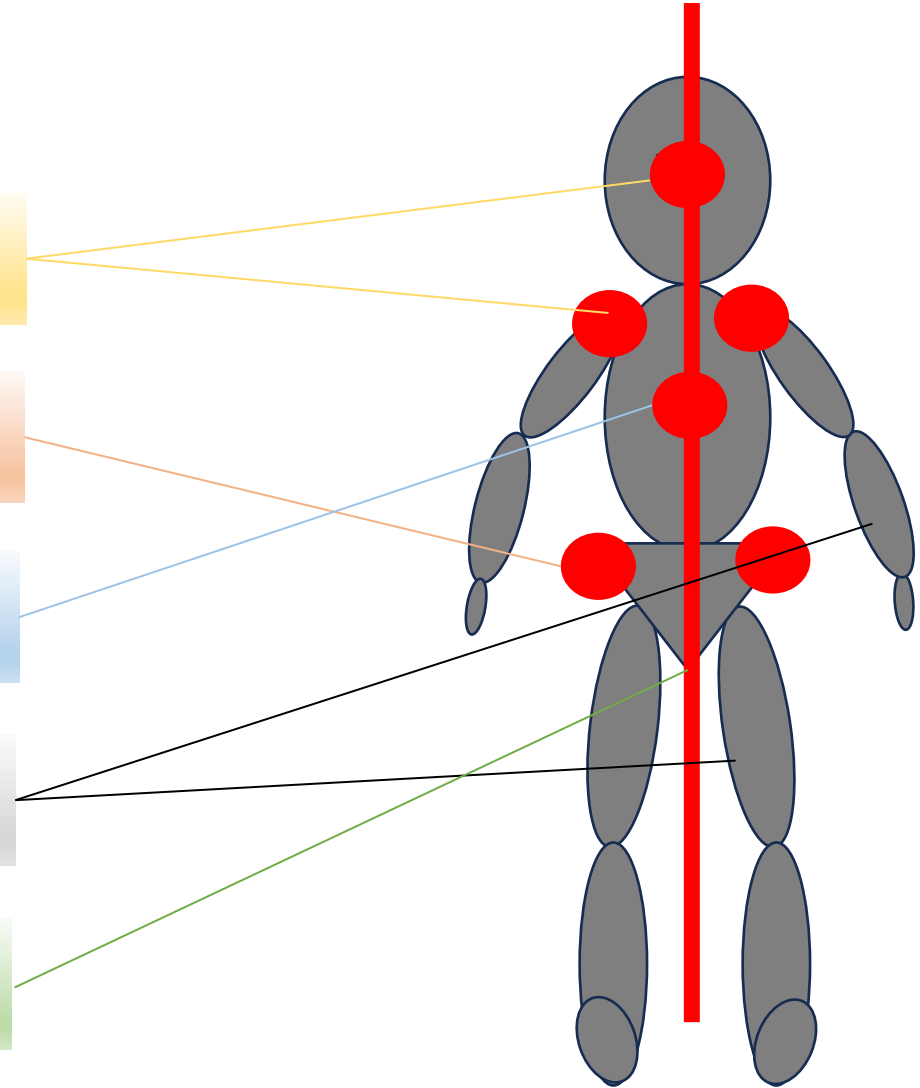
①頭部・両側肩峰又は鎖骨遠位端

②両側上前腸棘部

③胸骨剣状突起部

④両側上下肢

⑤正中線



# 上肢リーチ

体幹の屈曲と回旋を強める傾向がある

## 健常者

体幹の筋活動が先行して活動

**挙上**: 体幹の伸展、肩甲骨の外転/外旋、後傾、上方回旋

**下制**: 体幹のさらなる伸展、肩甲骨の内転/外旋、後傾、下方回旋

## 脳卒中患者

僧帽筋上部線維・三角筋などの  
アウターマッスルが先行的に活動

**挙上**: 体幹の屈曲、肩甲骨の外転/内旋、前傾、挙上

**下制**: 体幹のさらなる屈曲、肩甲骨の外転/内旋、前傾位、下制に入らず