

## 課題指向型アプローチにて歩行時の疲労感が軽減した 生活期脳卒中患者を経験して

### 【はじめに】

生活期脳卒中患者に対し、課題指向型アプローチに基づき難易度を変化させた荷重練習を反復した結果、歩容と歩行速度が改善し疲労感が軽減が図れた症例を経験したので考察を踏まえ報告する。

### 【症例紹介】

H18.12 に左被殻出血を発症、右片麻痺、運動性失語を呈した 46 歳男性。H24.4 時点で上田式 12 段階片麻痺機能テスト(以下 12grade)は右下肢 7、関節可動域(以下 ROM)は右足関節背屈 0°、modified Ashworth scale(以下 MAS)は右下腿三頭筋 3。右下肢の運動時は屈曲パターン優位となり、上肢や体幹での代償を伴いやすい。また感覚は表在、深部とも中等度鈍麻で荷重感覚も低下していたが Gait Solution Design を使用し屋内外ともに杖なし歩行自立。散歩や買い物など約 1~2 時間の外出機会があるが疲労感が強く、軽減を望んでいた。歩行は右下肢筋の筋収縮の不足により stiff knee pattern を呈し、重心が後方に戻る現象が認められ claw toe が出現。また感覚障害による運動イメージの低下を認めた。

### 【方法】

右下肢荷重時の筋収縮促進による歩容改善と疲労感の軽減を目標にプログラムを立案。立脚初期から中期の動作に着目し右下肢への荷重練習を実施。両下肢支持で重心移動の少ない課題から開始し、荷重時に右膝関節の伸展活動が認められた段階で、左下肢の前方へのステップにて支持基底面が狭く大きな重心移動を必要とする課題を取り入れ、実際の歩行場面を想定した練習を実施。荷重時の右下肢の筋収縮促進に対して運動学習を図った。介入時はプログラムの実施順序を統一し、運動イメージの混乱と運動方法の定着を心がけ自主練習も同じ順序で実施するよう指導。自主練習はストレッチと筋力強化を中心とし、膝関節の伸展活動が認められた課題を段階的に追加した。

### 【結果:H24.10】

12grade と MAS、ROM に変化はない。歩行時の claw toe は残存したが、stiff knee pattern や重心が後方に戻る現象は軽減。歩行速度が改善し外出後の疲労感も軽減した。

### 【考察】

鵜飼らは、課題指向型アプローチとは課題を段階的に設定し、反復することにより脳の可塑性を促す方法で、運動に関与する筋収縮の促進によりパフォーマンスは向上すると述べている。本症例は発症から 6 年経過しており 12grade や筋緊張に大きな変化はないが、難易度を変化させた課題の実施により歩行時の筋収縮が促進され、歩容の改善に至ったと考える。これにより日課である散歩や買い物の疲労感が図れ、生活期脳卒中患者に対しても課題指向型アプローチに基づくリハビリプログラムの実施が重要であると示唆された。今後は現在の機能や能力に応じて、課題指向型アプローチに基づく練習を反復して継続し、更なる歩容の改善と疲労感の軽減を図りたい。