

Ⅲ 離床を行う上での基礎技術

Ⅲ-13. 病棟で行うエクササイズ

大項目	中項目	小項目	リンク・備考	回答	レベル
□Ⅲ-13.1 総論	□Ⅲ-13.1.1 病棟でエクササイズを行う意味について理解している	□病棟でエクササイズを行う意味について説明できる	J-05 病棟リハ 完全2 P205		○
		□小児の運動発達と患者の状態を関連付けて考えられる	J-05 病棟リハ 完全2 P205		○
		□エクササイズにおける呼吸法指導のポイントを3つ挙げられる			○
		□エクササイズの負荷量や頻度における指導のポイントを3つ以上挙げられる			○
	□Ⅲ-13.1.3 患者の運動機能を評価し適切な姿勢を選択できる	□背臥位で運動能力テストを行い座位保持能力を予測できる	J-05 病棟リハ 完全2 P205-P206		○
□端坐位で運動能力テストを行い、立ち上がり能力を予測できる				○	
		□背臥位・端坐位の運動能力テストの結果を統合し、適切な姿勢を選択できる			◇
□Ⅲ-13.2 背臥位	□Ⅲ-13.2.1 床上移動動作を自立に導くエクササイズを実施できる	□床上移動動作を自立に導く上肢のエクササイズを3つ以上指導できる	J-05 病棟リハ 完全2 P205-P208		☆
		□床上移動動作を自立に導く体幹・下肢のエクササイズを5つ以上指導できる			☆
		□エクササイズにおける利点・弊害・合併症について説明できる			◇
		□エクササイズにおける注意点・禁忌などを確認できる			○
		□エクササイズにおける実施の留意点を確認できる			○
		□エクササイズにおける環境設定への配慮ができる			○
		□床上移動動作を自立に導く上肢・体幹・下肢のエクササイズを実施できる			◇
	□Ⅲ-13.2.2 寝返り動作を自立に導くエクササイズを実施できる	□運動学に基づいて、寝返り動作について説明できる	J-05 病棟リハ		○
□運動学に基づいて、寝返り動作の評価ができる				○	
□寝返り動作を自立に導くエクササイズを指導できる				☆	
□寝返り動作を自立に導くエクササイズの利点・弊害・合併症について説明できる				◇	
		□エクササイズにおける注意点・禁忌について説明できる			○

大項目	中項目	小項目	リンク・備考	回答	レベル
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける実施の留意点を説明できる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける環境設定への配慮ができる			○
		<input type="checkbox"/> 寝返り動作を自立に導くエクササイズを実施できる			◇
	□Ⅲ-13.2.3 起き上がり動作を自立に導くエクササイズを実施できる	<input type="checkbox"/> 運動学に基づいて、起き上がり動作について説明できる	K-05 実技入門 J-05 病棟リハ		◇
		<input type="checkbox"/> 運動学に基づいて、起き上がり動作の評価を行うことができる			◇
		<input type="checkbox"/> 起き上がり動作を自立に導くエクササイズを指導できる			☆
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける利点・弊害・合併症について説明できる			◇
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける注意点・禁忌などを説明できる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける実施の留意点を説明できる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける環境設定への配慮ができる			○
		<input type="checkbox"/> 起き上がり動作を自立に導くエクササイズを実施できる			◇
	□Ⅲ-13.2.4 自主的な合併症予防エクササイズを実施できる	<input type="checkbox"/> 深部静脈血栓症（DVT）予防のためのエクササイズについて説明できる	J-05 病棟リハ J-09 DVT		○
		<input type="checkbox"/> 深部静脈血栓症（DVT）の指導のポイントを3つ以上挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> 褥瘡予防のために必要な動作を挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> 褥瘡予防のために必要な動作の指導のポイントを3つ以上挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> 褥瘡予防のために必要な動作の利点・弊害・合併症について説明できる			◇
		<input type="checkbox"/> 褥瘡予防のために必要な動作の注意点・禁忌などについて説明できる			○
		<input type="checkbox"/> 褥瘡予防のために必要な動作の実施の留意点について説明できる			○
		<input type="checkbox"/> 褥瘡予防のために必要な動作における環境設定への配慮ができる			○
		<input type="checkbox"/> 褥瘡予防のために必要な動作を実施できる			◇
	□Ⅲ-13.2.5 ADLが自立している患者に対する運動能力向上エクササイズを実施できる	<input type="checkbox"/> ADLが自立している患者に対する運動能力向上エクササイズを挙げられる	J-05 病棟リハ		○
		<input type="checkbox"/> ADLが自立している患者に対する運動能力向上エクササイズのポイントを挙げられる			○

大項目	中項目	小項目	リンク・備考	回答	レベル
		<input type="checkbox"/> エクササイズを指導できる			☆
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける注意点・禁忌について説明できる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける実施の留意点について説明できる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける環境設定への配慮ができる			○
		<input type="checkbox"/> ADLが自立している患者に対する運動能力向上エクササイズを実施できる			◇
□Ⅲ-13.3 HeadUp座位	□Ⅲ-13.3.1 HeadUp座位保持について理解している	<input type="checkbox"/> HeadUp座位が保持可能か評価できる	K-04 ページ J-05 病棟リハ		○
		<input type="checkbox"/> HeadUp座位が保持できない患者の原因を評価できる			○
		<input type="checkbox"/> HeadUp座位が保持できない患者に対するエクササイズの工夫を2つ以上挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズの工夫と留意点が挙げられる			○
	□Ⅲ-13.3.2 HeadUp座位でのバランス向上エクササイズを実施できる	<input type="checkbox"/> HeadUp座位でのバランス向上のためのエクササイズを3つ以上挙げられる	J-05 病棟リハ 完全2 P209		○
		<input type="checkbox"/> エクササイズ指導のポイントを2つ以上挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> HeadUp座位でのバランス向上のためのエクササイズを指導できる			☆
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける利点・弊害・合併症について説明できる			◇
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける注意点・禁忌について説明できる			○
		<input type="checkbox"/> HeadUp座位でのバランス向上のためのエクササイズを実施できる			○
	□Ⅲ-13.3.3 せん妄予防のためのエクササイズを実施できる	<input type="checkbox"/> せん妄予防のためのエクササイズを3つ以上挙げられる	J-05 病棟リハ		○
		<input type="checkbox"/> せん妄予防のためのエクササイズ指導のポイント3つ以上挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける利点・弊害・合併症について説明できる			◇
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける注意点・禁忌について説明できる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける実施の留意点について説明できる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける環境設定への配慮ができる			○
		<input type="checkbox"/> せん妄予防のためのエクササイズを実施できる			◇

大項目	中項目	小項目	リンク・備考	回答	レベル
□Ⅲ-13.4 車椅子座位	□Ⅲ-13.4.1 立位への準備を含めた車椅子座位バランス向上エクササイズを実施できる	□立位への準備を含めた車椅子座位バランス向上エクササイズを3つ以上挙げられる	J-05 病棟リハ		○
		□立位への準備を含めた車椅子座位バランス向上エクササイズ指導のポイントを2つ以上挙げられる			○
		□エクササイズにおける利点・弊害・合併症について説明できる			◇
		□エクササイズにおける注意点・禁忌について説明できる			○
		□エクササイズにおける実施の留意点について説明できる			○
		□エクササイズにおける環境設定への配慮ができる			○
		□エクササイズを行う意義について説明できる			◇
□Ⅲ-13.5 端座位	□Ⅲ-13.5.1 立位への準備を含めた端座位バランス向上エクササイズを実施できる	□立位への準備を含めた車椅子座位バランス向上エクササイズを行う意義について説明できる	K-04 実技入門 J-05 病棟リハ		◇
		□端座位バランス向上のための自動運動(端座位)によるエクササイズを3つ以上挙げられる	完全2 P209-P210		○
		□端座位バランス向上のための自動運動(端座位)によるエクササイズの指導のポイントを2つ以上挙げられる			○
		□外乱刺激を用いた端座位でのバランス向上エクササイズを3つ以上挙げられる			○
		□外乱刺激を用いた端座位でのバランス向上エクササイズの指導のポイントを2つ以上挙げられる			○
		□各端座位でのバランス向上のエクササイズの利点・弊害・合併症について説明できる			◇
		□エクササイズの注意点・禁忌について説明できる			○
		□エクササイズ実施の留意点について説明できる			○
		□エクササイズの環境設定への配慮ができる			○
		□端座位バランス向上のための自動運動(端座位)によるエクササイズを実施できる			☆
□Ⅲ-13.6 立位	□Ⅲ-13.6.1 立ち上がり動作を自立に導くエクササイズを実施できる	□運動学に基づいて、立ち上がり動作について説明できる	K-05 実技入門 J-05 病棟リハ		◇
		□運動学に基づいて、立ち上がり動作の介助を行うことができる			◇
		□立ち上がり動作を自立に導くエクササイズにおける利点・弊害・合併症について説明できる			◇

大項目	中項目	小項目	リンク・備考	回答	レベル
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける注意点・禁忌について説明できる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける実施の留意点について説明できる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける環境設定への配慮ができる			○
		<input type="checkbox"/> 立ち上がり動作を自立に導くエクササイズを実施できる			◇
	□Ⅲ-13.6.2 立位保持について理解している	<input type="checkbox"/> 立位が保持可能か評価できる			◇
		<input type="checkbox"/> 立位が保持できない患者の原因を評価できる			◇
		<input type="checkbox"/> 立位が保持できない患者に対する工夫を2つ以上挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> 立位保持持続時間を向上させる工夫と留意点が挙げられる			○
	□Ⅲ-13.6.3 立位でのバランス向上エクササイズを実施できる	<input type="checkbox"/> 立位でのバランス向上エクササイズを行う意義について説明できる			○
		<input type="checkbox"/> 立位でのバランス向上エクササイズを3つ以上挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> 立位でのバランス向上エクササイズの指導のポイントを2つ以上挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> 外乱刺激を用いた立位でのバランス向上エクササイズを3つ以上挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> 外乱刺激を用いた立位でのバランス向上エクササイズの指導のポイントを2つ以上挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> 各立位でのバランス向上エクササイズの利点・弊害・合併症について説明できる			◇
		<input type="checkbox"/> エクササイズの注意点・禁忌について説明できる			◇
		<input type="checkbox"/> エクササイズ実施の留意点について説明できる			◇
		<input type="checkbox"/> エクササイズの環境設定への配慮ができる			◇
		<input type="checkbox"/> 立位でのバランス向上エクササイズを実施できる			☆
□Ⅲ-13.7 歩行	□Ⅲ-13.7.1 歩行に関連する基礎知識を理解している	<input type="checkbox"/> 正常歩行における膝の角度について説明できる			◇
		<input type="checkbox"/> 歩行時における左右への重心移動について説明できる			◇
		<input type="checkbox"/> 歩行補助具を5つ以上挙げられる			○
		<input type="checkbox"/> 2動作歩行と3動作歩行の違いについて説明できる			◇
	□Ⅲ-13.7.2 歩行を自立に導くエクササイズを実施できる	<input type="checkbox"/> 安全に歩行するために必要な介助量を設定できる			◇
		<input type="checkbox"/> 介助量に基づき適切な歩行補助具を選択できる			○

大項目	中項目	小項目	リンク・備考	回答	レベル
		<input type="checkbox"/> 運動学に基づいて、歩行動作について説明することができる			◇
		<input type="checkbox"/> 歩行を自立に導くエクササイズにおける利点・弊害・合併症について説明できる			◇
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける注意点・禁忌について説明できる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける実施の留意点について説明できる			○
		<input type="checkbox"/> エクササイズにおける環境設定への配慮ができる			○
		<input type="checkbox"/> 歩行を自立に導くエクササイズについて指導できる			☆

大項目	中項目	小項目	確認印
/ 7	/ 18	/ 114	

中項目の点数はP153に転記して下さい

III
13
病棟で行うエクササイズ