

## ★早期に気づくためのポイント★

- 歩行速度が遅い
- 歩行中つまずく
- 視覚・聴覚・平衡感覚異常あり
- 抗けいれん剤、精神安定剤、抗アレルギー剤、抗痙縮剤を使用
- 麻痺、しびれ、骨・関節異常あり
- 見当識障害、不穩、判断力・理解力・記憶力の低下あり
- 階段や廊下を手すりや壁を伝って移動している

## 転倒につながる危険性のある場面（例）

- 自宅環境の不備（例→椅子が低い、カーペットが固定されていないなど）
- 階段昇降の際、時々、手すり等を使用している
- 茶碗を持って歩く
- ドアの開閉時
- スボン、パンツの上げ下ろし時
- カーテンの開け閉め
- 椅子からの立ち上がり
- カーペットに足先が引っかかる
- 椅子に座って、横、下のものが取りづらい
- トイレまで距離がある

## 参考資料

# スクリーニングシート（転倒）

氏名 \_\_\_\_\_ 令和 年 月 日

| 項目                            | チェック                     |
|-------------------------------|--------------------------|
| この1年間に転倒したことがある               | <input type="checkbox"/> |
| 横断歩道を青信号の間に渡りきれない             | <input type="checkbox"/> |
| 1 kmまたは 15 分位を続けて歩くことができない    | <input type="checkbox"/> |
| 片足で立ったまま靴下を履けない               | <input type="checkbox"/> |
| この1年間に入院したことがある               | <input type="checkbox"/> |
| 脳卒中を起こしたことがある                 | <input type="checkbox"/> |
| 転倒の不安が大きい、又は転倒が怖くて外出を控えることがある | <input type="checkbox"/> |

### ◆評価基準◆

- ▶ 「この1年間に転倒したことがある」+3項目にチェック → 3か月以内に80%の転倒リスク
- ▶ 4項目にチェック → 3か月以内に50%の転倒リスク

### 【参考文献】

- 1) Hirase T, Inokuchi S, Matsusaka N, Nakahara K, Okita M: A modified fall risk assessment that is specific to physical function predicts falls in community-dwelling elderly people (共著)、Journal of Geriatric Physical Therapy、 37 巻4号 159 頁~165 頁、 2014 年 10 月、