

H21年度国立病院機構EBM研究  
医療・介護を要する在宅患者の  
転倒に関する多施設共同前向き研究

# 転んでケガをしないために

～重篤なケガに至った転倒事例か  
ら学ぶ予防対策～

Ver.2



H21年度国立病院機構EBM研究「医療・介護を要する在宅患者の転倒に関する多施設共同前向き研究（J-FALLS）」（研究責任者 饗場郁子）では、介護保険を利用している全国1445名の在宅患者さんにおける転倒と転倒による重篤なケガ（骨折・入院を要するケガ・死亡）を1年間前向きに調査しました。

その結果、転倒は806人(58.3%)、重篤なケガは94人(6.6%)で生じていました。どのような状況で転倒による重篤なケガが生じたのかについても、詳しく調査をいたしました。

本事例集は、参加してくださった患者さん・ご家族より、「ぜひ他の人がどういう状況で転んでケガをしているのか教えてほしい」というご意見をもとに作成いたしました。94件の転倒事例の中から、代表的な20例を取り上げ、転倒したときの状況（いつ、どこで、どんなときに、どのように、ぶつかったものなど）、患者さんの基本情報（性別、年齢、病名、症状、介護度など）、そして転ばないための対策として、どんなことに気をつけたら予防できるのかをまとめました。

また、Ver.2では疾患や転んだ時の状況などから分類して目次を作り、転倒事例を探しやすくなるよう改訂しました。

この事例集が、皆様の転倒・ケガ予防の一助になることを願っております。

平成27年2月吉日



**J-FALLS**

J-FALLS研究責任者  
国立病院機構東名古屋病院神経内科  
饗場郁子

# 転んだときの状況・疾患から 探してみましょ！

## ●どんな病気でしたか？

- 脳梗塞.....2,3,4,8,14,20p
- パーキンソン病.....5,7,10,16,17p
- 脊髄小脳変性症.....9,11,19p
- 多系統萎縮症.....6p
- 進行性核上性麻痺....15p
- 変形性膝関節症.....13,18p
- 脊柱管狭窄症.....4,12,13p
- 腰椎すべり症.....1p
- 頸椎症性脊髄症.....20p

## ●年齢はおいくつですか？

- 40歳代.....9p
- 50歳代.....2,3p
- 60歳代.....6,8,15p
- 70歳代.....4,5,7,10,11,12,17,18,19,20p
- 80歳代.....1,13,14,16p



## ●歩行能力はどれくらいでしたか？

- 伝い歩き・介助歩行
  - 杖使用...1,2,4,5,8,10,11,12,13,14,16,17,18p
  - 杖なし.....3,6,9,19p
  - 手すり使用.....1,7,12,15,16p
  - 歩行器.....6,9p
- 車椅子.....19,20p

## ●認知能力はどれくらいでしたか？

- 自立.....1,2,3,5,6,7,9,11,12,13,16,17,18,19p
- いくらか困難...4,10,14,15,20p
- 見守りが必要...8p
- 判断できない...なし

## ●介護度はどれくらいでしたか？

- 要支援1...1,10,16,17p
- 要支援2...2,3,7,13,18,19p
- 要介護1...12p
- 要介護2...5,8,9,14,15p
- 要介護3...4,6p
- 要介護4...20p
- 要介護5...なし



## ●どのように転びましたか？

- バランスを崩して…  
1,2,3,4,5,6,7,8,12,13,15,17,19,20p
- つまずいて……………10,16,18p
- 滑って……………14p
- その他……………9,11p



## ●どんな時間帯に転びましたか？

- 午前6時-午後12時（朝） ……9,12p
- 午後12時-午後6時（昼） …  
2,3,4,7,11,13,16,17,18,19p
- 午後6時-午前0時（夜） …1,5,6,15,20p
- 午前0時-午前6時（深夜） …8p

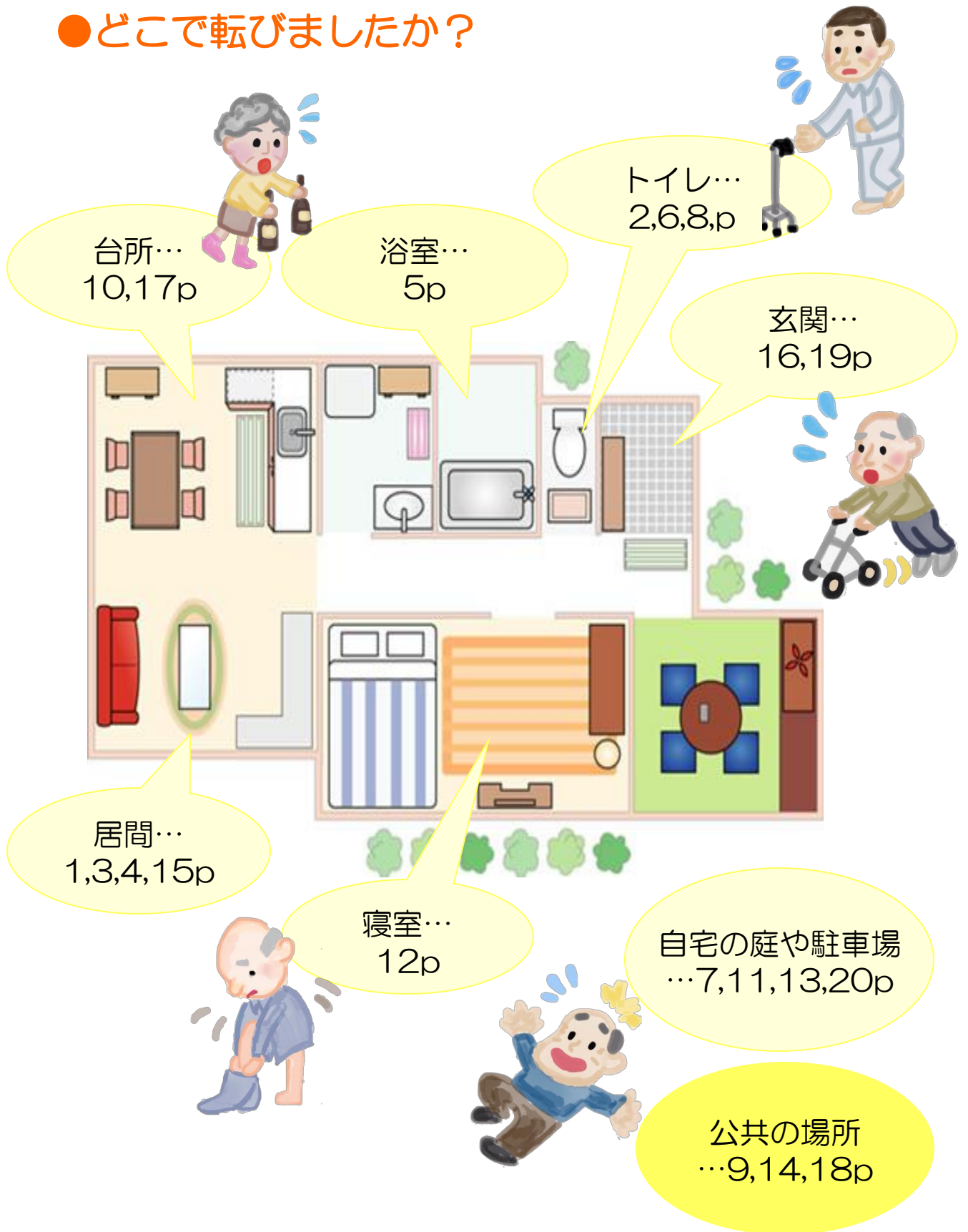


## ●どんなケガでしたか？

- 顔面の骨折……………9,13p
- 上肢の骨折……………4,10,12,16p
- 肋骨骨折……………5,12,15,19p
- 脊椎の骨折……………1,8,11,17p
- 大腿骨頸部骨折………2,7,20p
- 骨盤骨折……………6p
- 下肢の骨折……………3p
- 切創・裂創……………5,9,11,12,13,14,20p
- 打撲……………18p
- 血気胸……………12,19p



# ●どこで転びましたか？



左手に受話器を持ち、右手には何も持たず  
ふらついて右に倒れ座椅子で顔を打った。



## 脊椎の骨折

### 患者さまの基本情報

疾患：第4腰椎すべり症

性別・年齢：女性・87歳

症状：腰の筋力低下、立ち直り反射障害  
夜間頻尿、振動覚障害  
転倒危険薬（5剤以上）

転倒頻度：年に数回

認知能力：自立

移動能力：介助歩行（手すり・杖使用）

介護度：要支援1

### 転倒した時の状況

いつ：午後6-12時

転倒した場所：居間

どんなときに：電話をしている時

どのように：バランスを崩して

ぶつかった場所：座椅子・畳

### 転ばないための予防対策！

- 在宅での環境に合わせた歩行練習
- 筋力強化や姿勢を保持できるようにバランス練習を行う
- 転倒を誘発する内服薬の見直し
- 電話をする時は、椅子に腰掛ける

### 環境への配慮...

- 支えとなるような手摺りの設置や家具の配置換えを行う
- 行動範囲の整理・整頓、障害物の除去を行う

トイレに行こうとして、トイレ前にて  
バランスを崩し転倒した。



## 大腿骨頸部骨折

### 患者さまの基本情報

疾患：脳梗塞、糖尿病  
性別・年齢：男性・55歳  
症状：不安定、中等度右上肢麻痺  
軽度右下肢麻痺、  
右肩関節軽度拘縮  
痙性、夜間頻尿  
転倒頻度：週に数回  
認知能力：自立  
移動能力：介助歩行（杖使用）  
介護度：要支援2

### 転倒した時の状況

いつ：午後0-6時  
転倒した場所：トイレ  
どんなときに：歩行中に  
どのように：バランスを崩して  
ぶつかった場所：フローリング

### 転ばないための予防対策！

- 在宅での環境に合わせた歩行練習
- 姿勢を保持できるようにバランス練習を行う
- 慌てないように早めにトイレに行くことを習慣化する

### 環境への配慮...

- トイレやトイレまでの移動範囲内に手摺りを設置する
- トイレの扉を開閉しやすいように改修する
- トイレにすぐ行けるように、生活スペースをトイレの近くに移す
- 夜間はポータブルトイレか尿器を使用する



椅子に座って洗濯物をたたんでいて、  
物をとろうとして上向きに転んだ。



### 転倒した時の状況

いつ：午後0-6時

転倒した場所：居間

どんなときに：物をとろうとして

どのように：バランスを崩して

ぶつかった場所：フローリング

## 下肢の骨折

### 患者さまの基本情報

疾患：脳梗塞

性別・年齢：男性・59歳

症状：失語、重度右上下肢麻痺

表在覚・関節覚・振動覚障害

転倒頻度：なし

認知能力：自立

移動能力：伝い歩き

介護度：要支援2

### 転ばないための予防対策！

- 何かをしながら、他の事も同時に行わないようにする
- 姿勢を保持できるように座位・立位バランス練習を行う
- 洗濯物はテーブルの上でたたむようにする

### 環境への配慮...

- よく使うものは、手の届く範囲にまとめて置いておく
- 背もたれ肘掛けつきの安定した椅子を使用する
- 周囲に掴まることのできるような家具などを設置する

## 立ち上がり歩行時に、めまいがした。



### 上肢の骨折

#### 患者さまの基本情報

疾患：脳梗塞、脊柱管狭窄症  
性別・年齢：男性・73歳  
症状：左上肢中等度麻痺、左下肢軽度麻痺  
左半側空間無視  
両下肢軽度筋力低下  
腰椎中等度疼痛、夜間頻尿  
転倒頻度：なし  
認知能力：いくらか困難  
移動能力：介助歩行（杖使用）  
介護度：要介護3

#### 転倒した時の状況

いつ：午後0-6時  
転倒した場所：居間  
どんなときに：  
物をとろうとして  
どのように：バランスを崩して  
ぶつかった場所：フローリング

#### 転ばないための予防対策！

- めまいがしたら、無理せず座って様子を見る
- 起立後すぐに動かず、一呼吸おいてから動くようにする
- 弾性ストッキングを着用する（血圧の下がりやすい方）
- 起立練習や姿勢が保持できるように立位バランス練習を行う

#### 環境への配慮...

- 必要な物は手の届く範囲にまとめて置いておく
- 支えとなる手摺りや杖、歩行器などを使用する
- 誰かに手助けしてもらう

お風呂（浴槽）から上がろうとして、  
後ろ向きに転落した。



肋骨骨折  
上肢の切創・裂創

#### 患者さまの基本情報

疾患：パーキンソン病（YahrⅢ）

性別・年齢：男性・71歳

症状：不安定、両上下肢中等度麻痺

両肘関節軽度拘縮、四肢不随意運動

振戦、夜間頻尿、固縮、無動、

立ち直り反射障害、振動覚障害

転倒頻度：年に数回

認知能力：自立

移動能力：自立（杖使用）

介護度：要介護2

#### 転倒した時の状況

いつ：午後6-12時

転倒した場所：風呂

どんなときに：清潔動作

どのように：バランスを崩して

ぶつかった場所：浴槽

#### 転ばないための予防対策！

- 入浴動作練習
- 起立動作や跨ぎ動作練習
- 姿勢が保持できるように立位バランス練習を行う

#### 環境への配慮...

- 風呂場に手摺りを備え付ける等の構造の見直しを行う
- 入浴時は介助者をつける
- バスボードや浴槽台等の介護用品を使用する
- 浴槽や浴室に滑り止めマットを敷く

歩行器につかまって歩いていたところ、歩行器が先に進んでしまった。



## 骨盤骨折

### 患者さまの基本情報

疾患：多系統萎縮症  
性別・年齢：男性・69歳  
症状：四肢体幹失調、姿勢保持障害  
無動、固縮、夜間頻尿  
転倒頻度：年1回  
認知能力：自立  
移動能力：介助歩行（杖・歩行器使用）  
介護度：要介護3

### 転倒した時の状況

いつ：午後6-12時  
転倒した場所：自宅のトイレ  
どんなときに：歩行中  
どのように：バランスを崩して  
ぶつかった場所：フローリング

### 転ばないための予防対策！

- 移動方法を四つ這い移動に変更する
- 在宅での環境に合わせた歩行練習
- 姿勢を保持できるようにバランス練習を行う

### 環境への配慮...

- 使用中の歩行器に重りを乗せて歩行器が前方へ進むのを防ぐ
- 歩行器の高さをやや高めにする
- 移動手段を変更する（手すりを使用する、歩行器の種類を変える、車椅子にする）
- 夜間はポータブルトイレを使用する

車から車椅子へ移動する際に転倒。  
天候が悪かったため、  
足元が滑ったかもしれない。

## 大腿骨頸部骨折

### 転倒した時の状況

いつ：午後0-6時  
転倒した場所：駐車場  
どんなときに：自動車から車椅子  
への移乗中  
どのように：バランスを崩して  
ぶつかった場所：アスファルト

### 患者さまの基本情報

疾患：パーキンソン症候群  
性別・年齢：女性・79歳  
症状：不安定、四肢不随意運動、  
すくみ足、振戦  
転倒頻度：年数回  
認知能力：自立  
移動能力：伝い歩き（手すり）  
介護度：要介護2

### 転ばないための予防対策！

- 車から車椅子への移乗動作練習
- 立位・立ち上がり練習
- 方向転換練習
- 移乗動作練習

### 環境への配慮...

- 移乗の際（特に天候の悪い時に）  
は必ず介助をしてもらう
- 介助者への車から車椅子への  
移乗動作介助方法の指導をしてもらう



夜中、立位にて排尿後に四点杖を取ろうとした際にバランスを崩してお尻から転倒。

## 脊椎の骨折

### 患者さまの基本情報

疾患：脳梗塞後遺症  
性別・年齢：男性・63歳  
症状：重度左上下肢麻痺、  
左半側空間無視、  
表在覚・関節位置覚障害  
転倒頻度：年1回  
認知能力：見守りが必要  
移動能力：介助歩行（杖使用）  
介護度：要介護2

### 転倒した時の状況

いつ：午前0-6時  
転倒した場所：自宅のトイレ  
どんなときに：排泄  
どのように：バランスを崩して  
ぶつかった場所：床

### 転ばないための予防対策！

- トイレ動作方法の指導
- 方向転換や立位でのバランス練習
- 眠剤の種類・服用量・時間の再検討

### 環境への配慮...

- 夜間は移乗のみで済むようにポータブルトイレを設置する
- 夜間は尿器を使用する
- トイレを使用する場合は、介助者に必ず付き添ってもらう
- トイレやトイレまでの移動範囲に手すりを設置する



電車での移動中であった。  
降りる駅であったため、座席から立った  
状態で歩行器・手すりにつかまって立って  
いたところ、ブレーキの反動に耐えられず  
転倒してしまった。

## 顔面の骨折 下肢の切創・裂創

### 転倒した時の状況

いつ：午前6-12時

転倒した場所：公共交通機関  
電車内グリーン車の階段

どんなときに：  
電車で駅のホームに着く直前

### 患者さまの基本情報

疾患：脊髄小脳変性症  
性別・年齢：女性・46歳  
症状：不安定、四肢体幹失調  
中等度の四肢筋力低下  
転倒頻度：年数回  
認知能力：自立  
移動能力：伝い歩き  
(手すり・歩行器)  
介護度：要介護2

### 転ばないための予防対策！

- 公共交通機関を利用する際の動作練習
- 公共交通機関を利用する際の危機管理指導  
(構内でのエレベーターの利用、電車の昇降時  
の危険予測、車内での移動時の危険予測など)
- 外出時の保護用品の装着指導  
(保護帽子・ヒッププロテクターなど)

### 環境への配慮...

- 階段のある車両には乗らない
- 出口に近い席に座る
- 動く電車の中では、降りる直前まで座席に座っておくようにする
- 立ち上がる時は、安定した手すりにつかまる(歩行器は不安定)
- 介助者の同行と、介助方法の指導を行う
- 外出時は車椅子を使用する
- 乗務員にあらかじめ乗車・降車場所を連絡しサポートしてもらう



両手に1本ずつビンを持って移動し始めたが、敷居につまずいた。



## 上肢の骨折

### 患者さまの基本情報

疾患：パーキンソン病YahrⅢ  
性別・年齢：女性・76歳  
症状：不安定、姿勢保持障害、  
ジスキネジア、無動、固縮  
すくみ足、自律神経障害  
転倒頻度：なし  
認知能力：いくらか困難  
移動能力：自立（杖使用）  
介護度：要支援1

### 転倒した時の状況

いつ：不明  
転倒した場所：台所  
どのように：つまずいて  
どんなときに：部屋の間のしきり

### 転ばないための予防対策！

- 2つのことを同時にする（歩く+ものを持つ）行動を取らないように指導する
- 身体の状態（起立性低血圧・日内変動・ON-OFF現象）を把握して家事を行うようにする

#### 環境への配慮...

- 敷居にテープを貼り、段差を目立たせる工夫をする
- 段差を解消する
- できるだけ手にもものを持って歩かない。どうしても、ものを持つ場合はワゴンで運ぶ、または片手のみにする
- 歩行器を使用し、歩行器に荷物を入れて運ぶ



犬の散歩中、急に動き出し  
尻もちをついた。



脊椎の骨折  
頭部切創・裂創

### 患者さまの基本情報

疾患：脊髄小脳変性症

外傷性脳挫傷

性別・年齢：男性・71歳

症状：四肢体幹失調

転倒頻度：なし

認知能力：自立

移動能力：自立（杖使用）

介護度：不明

### 転倒した時の状況

いつ：午後0-6時

転倒した場所：駐車場

どのように：尻もち

ぶつかった場所：  
コンクリート

### 転ばないための予防対策！

- 犬の散歩はしない！

### おススメはしませんが...

- 犬の散歩に行くときは、他の人にリードを持ってもらう
- どうしても犬の散歩をする場合は、リードを短く持ち、犬の急な動きに対して勢いがつかないようにする
- どうしても犬の散歩をする場合は、保護帽子・ヒッププロテクターや膝のサポーターなどを装着しケガのないようにする

朝、着替えようとしていたら転んだ。  
(パジャマを脱ごうとしている時)

肋骨骨折、上肢の骨折  
顔面の切創・裂創、  
血気胸

### 転倒した時の状況

いつ：午前6-12時  
転倒した場所：寝室  
どんなときに：更衣中  
どのように：バランスを崩して  
ぶつかった場所：マッサージ器

### 患者さまの基本情報

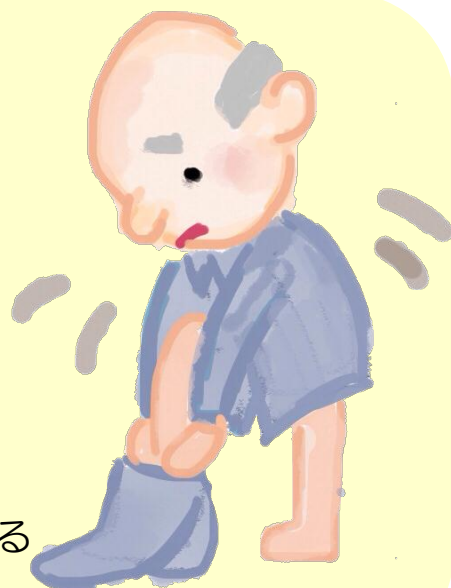
疾患：広範脊柱管狭窄症  
性別・年齢：男性・78歳  
症状：不安定、夜間頻尿、無動  
両上下肢中等度筋力低下  
立ち直り反射障害、固縮  
瘻性、すくみ足  
転倒頻度：年数回  
認知能力：自立  
移動能力：伝い歩き  
(手すり・杖使用)  
介護度：要介護1

### 転ばないための予防対策！

- 筋力増強練習
- 立位バランス練習
- 片脚立位練習
- 重心移動練習
- 更衣動作練習

### 環境への配慮...

- 椅子に座って更衣動作を行う
- 立位で更衣動作を行う場合は手すりを設置する
- ベッド周囲、特に足元には物を置かない



除草作業をされていて  
気持ちが油断して滑った。

## 顔面の骨折・切創・裂創

### 患者さまの基本情報

疾患：変形性膝関節症  
腰部脊柱管狭窄症  
性別・年齢：女性・84歳  
症状：両膝中等度の関節拘縮  
両膝中等度の疼痛  
転倒頻度：なし  
認知能力：自立  
移動能力：伝い歩き（杖使用）  
介護度：要支援2

### 転倒した時の状況

いつ：午後0-6時  
転倒した場所：庭  
どんなときに：草を刈ろうとして  
どのように：バランスを崩して  
ぶつかった場所：石垣

### 転ばないための予防対策！

- 除草作業はしない（家族に行ってもらおう）  
どうしても除草作業をする場合
- 下肢や体幹の筋力増強
- リーチ練習
- バランス練習

### 環境への配慮...

- 椅子に座って行う
- 保護帽子やヒッププロテクター、膝サポーターなどを装着し、外傷予防を行う
- 刈った後の草で足元が滑りにくい状態にしておく



屋外のトイレから出ようとして  
壁に手をつこうとして滑って後頭部を打撲。

## 頭部の切創・裂創

### 転倒した時の状況

いつ：不明  
転倒した場所：公共のトイレ  
きっかけとなった行動：排泄  
どのように：滑る  
どこに：コンクリート

### 患者さまの基本情報

疾患：脳梗塞後遺症  
性別・年齢：男性・83歳  
症状：左上下肢軽度麻痺  
両下肢軽度筋力低下  
転倒頻度：年1回  
認知能力：いくらか困難  
移動能力：伝い歩き（杖使用）  
介護度：要介護2

### 転ばないための予防対策！

- 歩行練習（伝い歩き・屋外歩行）
- 階段・段差の昇降練習
- 筋力増強練習
- バランス練習

### 環境への配慮...

- 外傷予防のため、保護帽子・ヒッププロテクター・膝サポーターを装着する
- 歩行補助具（杖など）を使用する
- 介助者に付き添ってもらう
- 公共の場では設備の整った障害者用トイレを使用する



足がすくんでサイドボードに胸と肘を  
打ち肋骨骨折した。



### 転倒した時の状況

いつ：午後6-12時

転倒した場所：居間

どんな時に：物を取ろうとして

どのように：バランスを崩して

ぶつかった場所：サイドボード

## 肋骨骨折

### 患者さまの基本情報

疾患：進行性核上性麻痺

性別・年齢：女性・64歳

症状：四肢軽度筋力低下、無動、固縮  
四肢不随意運動

転倒頻度：週に数回

認知能力：いくらか困難

移動能力：伝い歩き（手すり使用）

介護度：要介護2

### 転ばないための予防対策！

- 筋力強化や姿勢を保持できるようにバランス訓練を行う
- 在宅の環境に合わせた歩行訓練を行う

### 環境への配慮...

- よく使う物は手の届く範囲にまとめて置いておく
- すくみ足が出ないように、動線上のスペースを広くする
- 転倒してもケガをしないように、家具などに外傷予防グッズを設置する  
（コーナークッション、セーフティークッション等）
- 歩いて移動する場合は介助する

家に入ろうとして玄関の前でつまずき、  
ドンと転んで手をついた。

## 上肢の骨折



### 患者さまの基本情報

疾患：パーキンソン病  
性別・年齢：女性・81歳  
症状：表在・深部感覚障害、固縮  
四肢体幹不随意運動、すくみ足  
立ち直り反射障害  
転倒頻度：年に数回  
認知能力：自立  
移動能力：自立（杖・手すり使用）  
介護度：要支援1

### 転倒した時の状況

いつ：午後0-6時  
転倒した場所：屋外自宅入口  
どんな時に：家に入ろうとして  
どのように：つまずき  
ぶつかった場所：コンクリート

### 転ばないための予防対策！

- 日常生活動作の動作方法の指導を受ける
- 姿勢を保持できるようバランス訓練を行う
- 家の玄関を想定した段差昇降訓練を行う
- 屋外不整地での歩行練習を行う

### 環境への配慮...

- 伝い歩き、あるいは杖や手すりを使用する
- 屋外の歩行は見守りのもとで行う
- 段差を解消する
- 目立つ色のテープを貼って注意喚起させる

台所で小さな籐の丸椅子に座っていた。  
洗いものをしようとした時、椅子から  
バランスを崩して後ろに滑り落ちた。



## 背椎の骨折

### 患者さまの基本情報

疾患：パーキンソン病  
性別・年齢：女性・74歳  
症状：両上肢の軽度麻痺、固縮、無動  
両下肢・体幹の中等度麻痺  
四肢・体幹の不随意運動  
立ち直り反射障害  
転倒頻度：年1回  
認知能力：自立  
移動能力：自立（杖使用）  
介護度：要支援1

### 転倒した時の状況

いつ：午後0-6時  
転倒した場所：台所  
どんな時に：洗い物をしよう  
として  
どのように：バランスを崩す  
ぶつかった場所：フローリング

### 転ばないための予防対策！

●筋力強化や姿勢を保持できるようにバランス訓練を行う

### 環境への配慮...

- 肘掛・背もたれ付の椅子の使用
- 適度な高さや広さのある椅子の使用
- 椅子が滑らないよう滑り止めシートを活用（足場と座面に）
- 手すりなどの設置

家の外の道路を歩行中、小石につまずいて  
前のめりに転倒し両膝と顔面打撲。



## 下肢3箇所以上の打撲

### 患者さまの基本情報

疾患：変形性膝関節症  
本態性振戦、骨粗鬆症  
性別・年齢：男性・78歳  
症状：両膝関節の中等度拘縮  
四肢の中等度筋力低下  
四肢の不随意運動  
転倒頻度：年に数回  
認知能力：自立  
移動能力：伝い歩き  
(介助棒・杖使用)  
介護度：要支援2

### 転倒した時の状況

いつ：午後0-6時  
転倒した場所：道路  
どんな時に：道路を歩行中  
どのように：つまずいて  
ぶつかった場所：コンクリート

### 転ばないための予防対策！

- 筋力強化や姿勢を保持できるようにバランス訓練を行う
- 屋外での歩行訓練を行う

### 環境への配慮....

- 杖や歩行器を使用する
- 自分の足のサイズに合ったものを選ぶようにする
- 転倒予防グッズの使用（歩く足助など）
- 足場の悪い所は避け、危険の少ない道路・通りを選ぶ
- 屋外での歩行は介助者をつける



自宅入り口でバランスを崩して  
消火栓にぶつかった。



肋骨骨折  
気胸・血胸

### 転倒した時の状況

いつ：午後0-6時  
転倒した場所：屋外  
どのように：バランスを崩す  
ぶつかった場所：消火栓

### 患者さまの基本情報

疾患：脊髄小脳変性症  
性別・年齢：男性・74歳  
症状：四肢・体幹の失調  
立ち直り反射障害  
転倒危険薬3剤  
転倒頻度：月に1～数回  
認知能力：自立  
移動能力：伝い歩き・車椅子  
介護度：要支援2


### 転ばないための予防対策！

- 自宅の環境に合わせた歩行訓練を行う
- 姿勢を保持できるようバランス訓練を行う

### 環境への配慮...

- 転倒危険薬の服用量・服用の時間帯の見直しを図る
- 屋外の移動は車椅子を使用する
- 自宅の入り口に手すり設置する
- 自宅の出入りは介助者のもとで行う

夜遅く、雨上がりで地面が濡れていた。  
トイレに行こうと慌てていた。



大腿骨頸部骨折  
上肢の切創・裂創

患者さまの基本情報

疾患：頸椎症性脊髄症（後縦靭帯骨化症を含む）、脳梗塞  
性別・年齢：男性・76歳  
症状：左上下肢の重度麻痺  
抑うつ  
転倒頻度：年に数回  
認知能力：いくらか困難  
移動能力：伝い歩き・車椅子  
介護度：要介護4

転倒した時の状況

いつ：午後6-12時  
転倒した場所：自宅駐車場  
どんな時に：車から降りようとして  
どのように：バランスを崩す  
ぶつかった場所：コンクリート

転ばないための予防対策！

- 排尿のタイミングを考慮して行動する習慣をつける
- 筋力増強訓練
- 車の昇降訓練

環境への配慮...

- 雨よけのための屋根を設置する
- 照明を設置する
- 外出時は慌てなくてすむよう、オムツなどの使用する
- 介助者が患者の排尿パターン・行動パターンを把握する

H21年度国立病院機構EBM研究  
医療・介護を要する在宅患者の  
転倒に関する多施設共同前向き研究  
研究責任者 饗場郁子

