

坐位時の臀筋出力と臀部疼痛発生の関係について

【はじめに】

安静座位時に、体型に関わらず座位時に臀部疼痛の訴えを聞くことがある。これまで臀部の脂肪組織が局所圧軽減の役割を担うと考えていた。しかし、歩行可能な方は同じ座位時間でも訴えが少ないことから「疼痛は脂肪組織でなく、臀筋と関係があるのではないか」との疑問が生まれた。今回座位時臀筋出力と疼痛発生の関係性について研究を行ない、その結果について考察を交えて報告する。

【対象】

当施設利用中の女性 4 名(平均年齢：90±7 歳)。感覚障害・認知症状がなく意志疎通が可能な方を対象とした。

【方法】4 名の被験者を臀筋出力・体型において 4 分類した。筋力測定にはハンドヘルドダイナモメーター (HHD：日本メディック社製 microFET2) を使用し、統一されたクッション・車椅子を使用して計測した。座位姿勢にて HHD を膝関節裂隙から 5cm の位置に設定。3 回計測しその平均値をとった。座圧測定は (座圧分布測定システムコンフォライト：YukiTrading 社) による坐圧変化と各除圧肢位 (安静時座位、体幹前屈時、骨盤の前ずれ時からの臀部挙上、左右への側屈) での局所圧数値を記載し、筋力と局所圧との関係を調査した。

【結果】

1) 肥満体型では臀筋出力が小さい程局所圧が高かった。2) るい瘦体型では臀筋出力に関わらず、局所圧の差はなかった。3) 両体型共に臀筋出力が高い程、効率的な除圧肢位をとることができた。

【考察】

本研究から持続的圧にて筋出力が低いほど、座位時疼痛のリスクが高いことが示唆された。脂肪組織は筋組織に比べ流動性がある為、局所圧軽減として均等な体圧分散には成り難く、荷重骨の突出を招き易い一方、臀筋においては、筋腹が骨の突出を緩和し、局所圧分散の役割を果たしているのではないかと推察する。また同一環境下であっても除圧肢位を取ることで、圧分散が効率よく行えた。今後体型にとらわれず、臀筋にも着目し、疼痛予防の管理が必要と考える。