

自主トレーニングの定着に視覚的フィードバックが有効であった1例

清仁会 水無瀬病院 リハビリテーション部 岡野雄二

はじめに

先行研究において、在宅における自主トレーニング(自主トレ)の有効性については明らかとなっている。しかし、運動療法を継続することは容易ではなくコンプライアンスの低下が問題とされている。今回、視覚的フィードバックを用いることで自主トレの定着が促進できたので報告する。

症例

70代男性

既往：中咽頭癌（ステージIV）

放射線治療：7W 35回

左頸部郭清術：扁桃腺 1/2、リンパ全摘、肩甲骨～頸部筋肉切除

経過

放射線治療後の皮膚癒痕による喉の詰まりが主訴で嚥下外来を希望され、週1回(30分)外来訓練を実施した。訓練では舌圧測定器 JMS 製 (JM-TPM)をモニター画面で表示し視覚的フィードバックを用いて舌の抵抗訓練を実施した。外来リハ 3ヶ月間をⅢ期に分けて課題量を順次増加させた。また、自宅での自主トレには舌機能向上を目的にペコぼんだ[®](JMS社製)を実施した。その結果、訓練開始時 25kpaであった舌圧は 37.1kpa への改善を認め、Penetration Aspiration Scale においても 4 から 2 へ改善した。

考察

本症例は外来患者であり、在宅場面での運動定着(自主トレ)が特に重要と考えた。そこで、自身の舌圧数値が可視化出来る視覚的フィードバックの下で実施した。最大舌圧が更新されることで運動の重要性の理解・動機づけ・自主トレの定着という好循環が完成した。以上のことから、自主トレのモチベーション、コンプライアンス向上に視覚的フィードバックは有効である可能性が示唆された。