

クライアントレポート

レポート日	対象者	作成者
日付 2024年 9月 26日	名前 K・Y 性別 女 年齢 50代	名前 浅野・佐藤

障がい名・状態

左股関節臼蓋形成不全 初期

期間 2021年 4月～

初見の状態 希望や目標

長時間の歩行で左股関節前面付近が重くなる。

目標：筋力を付けて、股関節が重くなるのを改善したい。

当時のリスク

左脚軸の片脚立ちが不安定。

腰痛や肩こりも酷い。股関節症の重症化による手術

実地内容

パーソナルストレッチ、リリースによる柔軟性改善（特に臀部）

体幹強化（腹圧の向上目的、骨盤底筋群、腸腰筋）

左股関節伸筋・内転筋の筋力強化（大臀筋、ハムストリングス、大内転筋など）による股関節の負担軽減と生活習慣アライメント修正

改善内容・現状の経過報告

左重心が少しずつ取れるようになってきた。

股関節自体に痛みはないが、トレンデレンブルグ徴候が見られる。

お客様の感想

少しずつ左脚に重心が乗せられるようになってきた。時々歩いていると股関節が重くなってくる時があるので、さらに筋肉を付けていきたい。

今後の課題

体幹の更なる強化。骨盤の前傾・後傾の可動域向上。

骨盤後傾筋の筋力強化（ハムストリングス、腹直筋）

トレンデレンブルグ徴候の改善