

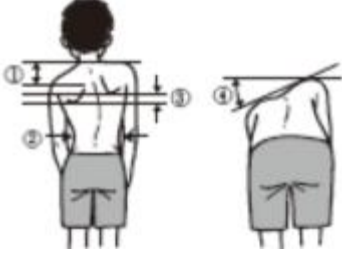


【参考】保健調査票の項目の検査方法、考えられる病態・疾病

項目	方法及び想定される疾病
<p>1. 片脚立ち 左右ともにバランスよく、5秒以上ふらつかずに立てますか。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>股・膝関節の疾患等の有無、身体のバランス感覚等をチェックします</p> </div> 	<p>【方法】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・まっすぐ立たせる。 ・片脚立ちをさせる。 浮かせた膝を 90°に曲げさせる。バランスを崩さず、5秒以上保つことが出来たら合格。もう1方も同様に行う。 <p>【想定される病態・疾病】</p> <p>バランスを保てない場合は、以下の病態が想定される。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・腹筋群や下肢筋群の筋力が弱いとバランスを保つことが難しくなる。 ・左右で差がある場合は、左右の足の筋力に差があることなどが考えられる。 <p>○足底・足趾、足関節・膝関節・股関節・脊柱の変形や痛みがあるために体重を支持できない。各関節の関節炎、単純性股関節炎、足部疲労骨折、下腿疲労骨折、大腿骨頭すべり症、ペルテス病、先天性股関節脱臼等が考えられる。</p> <p>○足関節や股関節など下肢の筋力低下あるいは運動失調があるために、片足で体重を支持できない。</p> <p>○下肢の柔軟性低下や立ち直り反応不良があるために、体の位置や重心の位置を修正できない。</p>
<p>2. しゃがみこみ 足を肩幅に開いて、途中で止まらず最後までできますか。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>股・膝関節の疾患の有無、下肢の筋肉等の柔軟性等をチェックします</p> </div> 	<p>【方法】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肩幅に脚を開かせる。 ・深くしゃがみ込ませる。 ・しゃがみ込んで踵を浮かせず、後方に転倒せずできたら合格。 <p>【想定される病態・疾病】</p> <p>しゃがみ込みは股関節屈曲、膝関節屈曲、足関節背屈による複数の関節を連動させて行う動作である。しゃがみ込みができない場合には、以下の病態などが連想される。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○殿筋群の柔軟性低下による股関節屈曲制限がある。 ○大腿四頭筋など大腿部筋の柔軟性低下による膝関節屈曲制限がある。 ○腓腹筋やヒラメ筋など下腿部筋の柔軟性低下による足関節背屈制限がある。 ○大腿骨頭すべり症、ペルテス病、先天性股関節脱臼等のスクリーニングとなる。
<p>3. 両腕を真上に挙げる(バンザイ) 左右ともにバランスよく真上まであがりますか。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>肩関節の疾患の有無や柔軟性等をチェックします</p> </div> 	<p>【方法】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バンザイをするように両手を真上に挙げさせる。 左右ともバランスよく耳の横まで挙げる事が出来たら合格。 <p>【想定される病態・疾病】</p> <p>両手が真上に挙がらない場合や左右差がある場合には、肩関節の異常や筋肉の柔軟性低下が疑われる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○胸郭・肩・肘などの柔軟性の低下があり、拳上位をとることができない。 ○胸郭・肩・肘などの関節に変形や痛みがあるため、腕を拳上位にて保持できない。関節炎、腱板断裂、肩甲骨高位症等が考えられる。 ○肩関節周囲の筋力低下のために、腕を拳上でできない。 腋窩神経麻痺、分娩麻痺(腕神経叢麻痺)が考えられる。

項目	方法及び想定される疾病
<p>4. 左右の手のひらを上に向けて、前にまっすぐ伸ばせますか。</p> <p>肘関節の疾患の有無等をチェックします。</p> 	<p>【方法】</p> <ul style="list-style-type: none"> 肘関節の可動性は側面より観察して、児童生徒等の両前腕を回外させて、手掌を上に向けた状態で肘関節を屈曲・伸展させて異常の有無を検査する。 特に、伸展では上肢を肩関節の高さまで拳上させて検査することにより、わずかな伸展角度の減少を確認できる。 完全に伸展できるか、左右差がないかを観察する。 また、屈曲では手指が肩につくか否かに注意する。 前腕の回内及び回外を観察する。例えば、野球肘では、腕を伸ばすと、片方だけまっすぐに伸びなかったり、最後まで曲げられなかったりする。 <p>【想定される病態・疾病】</p> <p>野球肘、離断性骨軟骨炎、上腕骨内上顆骨端線離開</p>
<p>5. 腰を痛みなく前に曲げ、後ろにそらすことができますか。</p> <p>腰部の疾患の有無をチェックします</p> 	<p>【方法】</p> <p>かがんだり（屈曲）、反らしたり（伸展）したときに、腰に痛みが出るか否かをたずね、後ろに反らせることにより腰痛が誘発されるかどうか確認する。</p> <p>【想定される病態・疾病】</p> <p>腰椎分離症、腰椎椎間板ヘルニア、腰部筋膜炎</p>
<p>6. 肩は痛みなく、日常生活や運動をすることができますか。</p> <p>肩関節の疾患の有無をチェックします</p>	<p>【方法】</p> <p>肩関節の可動性は側面より観察して、両肘関節を伸展させた状態で上肢を前方拳上させて異常の有無を検査する。上腕が耳につくか否かに注意する。</p> <p>【想定される疾病】</p> <p>野球肩、腱板炎、上腕二頭筋長頭腱炎、上腕骨位骨端線離解、翼状肩甲骨</p>
<p>7. 膝のお皿の下を押すと、痛みがありますか。</p> <p>膝関節の疾患の有無をチェックします</p>	<p>【方法】</p> <p>膝のお皿の下（脛骨粗面）の周囲を痛がる場合（腫れることもある）は、オスグッド・シュラッター病を疑う。成長期においては関節軟骨が成人より豊富かつ未熟であり、外傷や繰り返される負荷によって障がいを受けやすい。また、神経が軟骨にはないために、発症早期では痛みがなく、動きが悪い、ひっかかるなどの症状だけの場合もあり、曲げ伸ばしをしてうまく曲げられない場合は注意が必要である。</p> <p>【想定される疾病】</p> <p>オスグッド・シュラッター病、膝蓋靭帯炎、腸頸靭帯炎、鷲足炎</p>
<p>8～11. 脊柱側弯症のチェック</p> 	<p>【方法】</p> <p>まっすぐに立たせたくらゝで、①から④について確認する。</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 両肩の高さの左右差 ② 両側の肩甲骨の高さの左右差 ③ ウエストライン（腰のライン）の左右差 ④ 上体を前屈した時の肩甲骨の高さの左右差 <p>※前屈テスト</p> <p>姿勢を正しく立たせ、ゆっくり前屈させながら、背中の肋骨の高さに左右差（肋骨隆起、リブハンブ）があるかどうか、腰椎部の高さに左右差（腰椎隆起、ランバーハンブ）があるかどうか確認する。児童生徒がリラックスした状態で、両腕を左右差が生じないように下垂させ、両側の手掌を合わせて両足の中央に来るようにすることが大切である。背部の高さが必ず目の高さにくるように前屈させながら、背中の頭部から腰の部分まで見ていく必要がある。</p>