

ottobock.

セラピスト向け  
3R85 Dynion  
ユーザートレーニング



# 3R85 Dynion ユーザートレーニング

## 座位動作

### 1 油圧抵抗を利用した座位動作



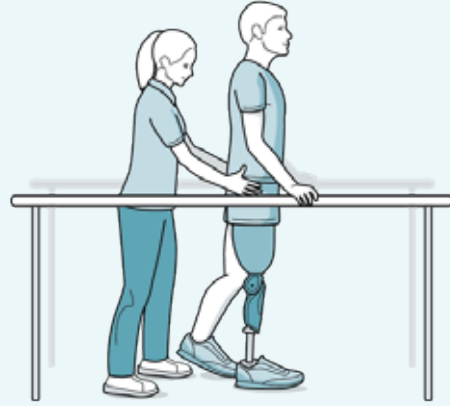
開始位置 義足を少し前にだし、椅子の前に立つ

- 練習
- ・義足側にも荷重し前屈みになる
  - ・鼻先をつま先に向ける
  - ・椅子のアームレストをつかむ
  - ・臀部を後方におろし座る

- 目的
- ・両脚に均等に荷重し座位動作を行う
  - ・健側の負担軽減

## 平地歩行

### 2 義足への荷重 (立脚相)

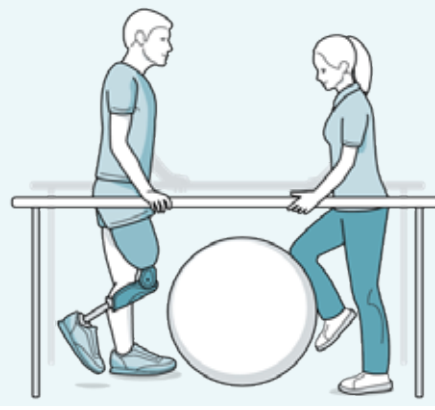


開始位置 義足を前にだし、後ろの健側に体重を乗せる

- 練習
- ・前にだした義足へ徐々に体重を移動する
  - ・体幹は真っすぐ、骨盤で義足を乗り越える
  - ・健側を前に出す

目的 義足へしっかり荷重する

### 3 立脚相から遊脚相への切替



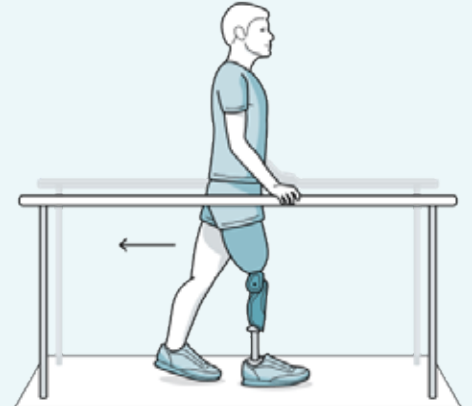
開始位置 義足を前にだし、後ろの健側に体重を乗せる

- 練習
- ・前にだした義足へ体重を移動する
  - ・義足を乗り越え健側を前に出す
  - ・義足側のつま先に体重が乗った状態から、ボールを軽く蹴るように義足を振り出す
  - ・膝継手が油圧抵抗なく容易に曲がる

- 遊脚相への切替ルール -  
直後に股関節の屈曲  
膝継手の過伸展 + (膝継手屈曲の動き)

- 目的
- ・遊脚相への切替の練習
  - ・股関節を屈曲し義足を振り出す

### 4 後ろ歩き



開始位置 平行棒をつかみ、立位をとる

- 練習
- ・健側を後方に引く
  - ・腰を少し落としながら後ろへ体重を移動する
  - ・同時に義足の膝継手が曲がる
  - ・義足側を後方の健側にそろえる

注意: 義足側を健側よりも後方へ引き、股関節を曲げると遊脚相へ切替わることがある

目的 油圧抵抗を利用した後ろ歩きを習得する

## 階段 / 坂道歩行

### 5 油圧抵抗 (イールディング) を体験する



開始位置 平行棒をつかみ、義足を一步前に出す

- 練習
- ・義足側の膝継手を曲げながら、義足に荷重する
  - ・膝継手を前へ押し出すように曲げる
  - ・曲げた位置から自力で立位に戻る

注意: 膝継手を曲げすぎて転倒しないようにする

- 目的
- ・膝継手の油圧抵抗を感じる
  - ・義足への信頼を高める

### 6 段差を下りる



開始位置 平行棒内にステップ台を置き、その上に立つ

- 練習
- ・足部の半分を台の縁から出す
  - ・義足へ荷重する
  - ・断端は伸展させない (膝をロックしない)
  - ・健側を前に出すと膝継手がゆっくり曲がる
  - ・健側で着地する
  - ・必要であれば、セラピストが膝継手と骨盤をサポートする

- 目的
- ・正しい位置に足部を置く
  - ・荷重しながら膝継手を曲げる

### 7 階段を下りる

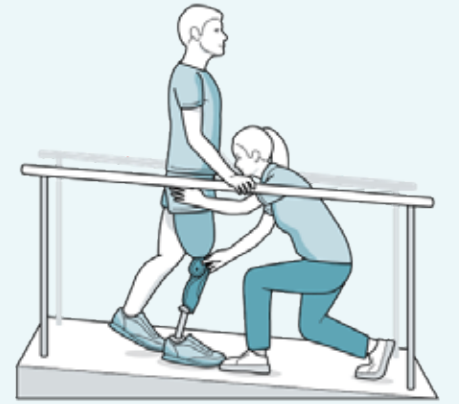


開始位置 健側の手すりをつかみ、低い位置から始める

- 練習
- ・足部の半分を階段の縁から出す
  - ・義足へ荷重する
  - ・断端は伸展させない (膝をロックしない)
  - ・健側を前に出すと膝継手がゆっくり曲がる
  - ・健側で下段に着地する
  - ・義足を下段へ下ろし、足部の半分が階段の縁から出るように着地する (繰り返す)

- 目的
- ・正しい位置に足部を置く
  - ・一足一段で階段を下りる

### 8 坂道を下る: 緩やかな下り坂

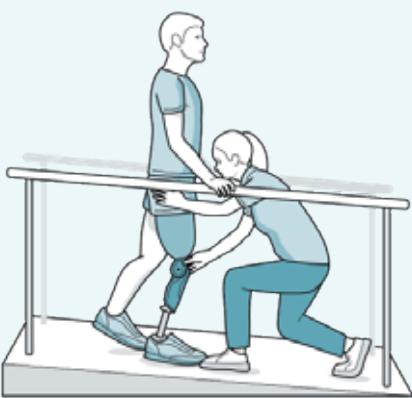


開始位置 手すりをつかみ、立位をとる

- ポイント
- ・立脚終期で膝継手の過伸展が可能な場合  
- 遊脚相へ切り替えて下ることが可能  
- 平地歩行と同様に歩行できる
  - ・立脚終期で膝継手の過伸展が難しい場合  
- 遊脚相への切替はできない  
- イールディングを利用し坂道を下る

目的 坂道の斜度に合わせて歩行を学習する

### 9 坂道を下る: 急な下り坂



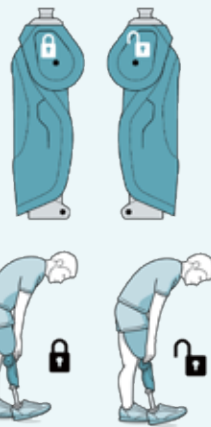
開始位置 手すりをつかみ、立位をとる

- 練習
- ・義足側から1歩目を振り出す
  - ・義足に荷重し、断端は伸展せず (膝をロックしない)、膝継手を曲げ、足部全体を乗り越えて進む
  - ・同時に健側を振り出す
  - ・はじめは歩幅を小さくして練習すると簡単

目的 イールディングを利用し交互に坂道を下る

## モード切替

### 10 ロック機能



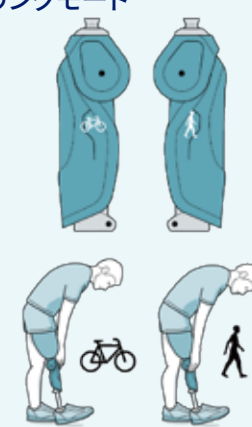
機能 伸展位で固定

- 起動
- ・踵に荷重する
  - ・股関節を伸展し膝継手を過伸展させる
  - ・ロックボタン (左側上部) を押し、クリック音を確認する

- 解除
- ・同様に膝継手を過伸展させる
  - ・アンロックボタン (右側上部) を押し

使用例 水中で立位をとる時など

### 11 サイクリングモード



機能 膝継手がフリー (膝屈曲時の油圧抵抗がなくなる)

起動 サイクリングボタン (左側下部) を押す

解除 歩行ボタン (右側下部) を押す

- ・自転車に乗る

使用例 注意: サイクリングモードは油圧抵抗がなくなり膝折れしやすく危険です。モードを変更する前に、ユーザーが安全な状況であることを確認してください

## その他

### 12 膝立ち



開始位置 椅子を2脚準備する

- 練習
- ・椅子に手をつき体を支える
  - ・健側を前に出す
  - ・健側を曲げながら義足側も曲げる
  - ・膝継手は油圧抵抗を伴いながら曲がる

目的 油圧抵抗を利用して膝立ちをする



# 3R85 Dynion

## セラピスト向け トレーニングビデオ

本紙のトレーニング内容をYouTube内でもご紹介しています。動画でイメージを固め、本紙で確認しながら練習を開始するなど、トレーニングの充実にご活用いただけます。



ダイニオン



### ▶ 3R85 ダイニオン 訓練方法 | Ottobock



3R85 ダイニオンを使用する際の訓練方法を説明しています。ユーザーへのオリエンテーションで、どのようなトレーニングを行うかを説明するのにも役立つ内容です。

座り方/歩き方（義足への荷重・立脚相）/歩き方（義足の振出し・遊脚相）/イールディング/上り坂と下り坂/階段の下り/平地歩行/後ろ歩き/固定モード/自転車モード/膝立ち  
(12:51)



### ▶ 3R85 ダイニオン 調整方法 | Ottobock



3R85 ダイニオンの調整方法を説明しています。

3R85の機能説明/ベンチ&スタティックアライメント/調整ポイント/イールディング調整/立脚相から遊脚相への切替閾値の調整/屈曲抵抗（遊脚相）の調整/伸展抵抗（遊脚相）の調整/階段でのイールディング調整/下り道でのイールディング調整/最終チェック/チューブの長さ調整範囲/自転車モード/固定モード  
(10:07)



お問い合わせ先

オットーボック・ジャパン株式会社 [www.ottobock.com/ja-jp](http://www.ottobock.com/ja-jp)  
〒105-0012 東京都港区芝大門1-9-9 野村不動産芝大門ビル4F  
TEL. 03-6739-4090(代表) FAX. 03-6739-4097