

体位交換ログ（30°側臥位）

A4 / 印刷用 (余白 12 mm)

氏名 _____ ID _____
開始日 _____ 終了日 _____

運用ルール（書き込み前に確認）

- ・基本： 時間ごとに体位交換（仰臥位 右 30° 左 30° など）
 - ・記録：体位 / クッション位置 / 皮膚所見（部位・発赤）/ 痛み・しびれを残す
 - ・赤旗：強い痛み、しびれ増悪、発赤が消えない、皮膚損傷、呼吸苦・不穏
 - ・赤旗が出たら：姿勢を戻す / 除圧を強化 / 担当者へ報告し運用を見直す

メモ：発赤は「押して自くなる/戻る」か、30分後に残るかも記録すると判断が速いです。

関連：30° 側臥位の手順・判断の流れは記事本文を参照。

除圧タイマー運用メモ（30° 側臥位）

A4 / 印刷用（余白 12 mm）

手順（チェックしながら回す）

- 目標の間隔（例：2 時間）でタイマーをセットする（夜間は別設定にしても OK）
- タイマーが鳴ったら：皮膚（仙骨・大転子・踵など）と痛み/しびれを確認
- 体位を変更：仰臥位 右 30° 左 30°（必要に応じて微調整）
- クッション位置を再確認：骨突出部に直接当たらない／隙間を埋めてずれを減らす
- 30 分後に発赤が残る・痛みが強い場合は「赤旗」 除圧を強化して報告

赤旗（出たら運用を止めて見直す）	対応（例）
発赤が消えない（30 分後も残る）	その部位の荷重を避ける / クッション再調整 / 報告
強い痛み・しびれ増悪	姿勢を戻す / 除圧を強化 / 神経症状は早めに相談
皮膚損傷・水疱・湿潤	被覆 / ケアの方針確認 / ずれ・湿潤対策 / 報告
呼吸苦・不穏・急な状態変化	体位を戻して観察 / モニタリング / 報告

連絡・申し込みメモ
