

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

時刻	姿勢	クッション	皮膚所見	痛み / 不快	対応 / メモ	確認
例 08:00	右 30 °	膝 / 背部	仙骨 : 発赤-	NRS__	対応__	サイン

メモ : 発赤は「押して白くなる / 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。

手順（チェックしながら回す）

- 1. 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）
- 2. 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
- 3. 体位を変更：仰臥位 右 30° 左 30°（必要に応じて微調整）
- 4. クッション位置を再確認：骨突出部に直接当てない / 隙間を埋めてずれを減らす
- 5. 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

所見 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 分後に残る）	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・申し送りメモ