

筒状包帯 テンソグリップ・ デルタ テリーネットS の 使用例



リムズ徳島クリニック 院長

小川 佳宏 先生



はじめに

テンソグリップ・デルタ テリーネットS（以下テリーネット）は、圧迫力がある筒状包帯です。主に腕や脚を圧迫する目的で使用しますが、複数のサイズ（太さ）があり圧迫する部位に応じて選択できます。また長さも自由に切って使用できます。圧迫力は弱いため十分に圧迫する必要がある部位では効果が不十分かもしれませんが、逆に手の力が弱い高齢者や麻痺がある部位でも容易に着脱できるという利点があります。

テリーネットは柔らかいタオル地で肌触りが優しくなっていますが、圧迫力はテンソグリップよりも弱く使用用途は少し異なります。

以上のような特徴を持っていますが、効果を十分発揮させるためにはいくつかのポイントがあります。今回当院で実際に使用している方法と注意点についてまとめましたので参考にしてください。

サイズと使用部位

テンソグリップ・テリーネット
各サイズでの主な使用部位を
表1にまとめました。

実際に使用する際には、表1
を参考にサイズを決めても構い
ませんが、30cm程度で試着
用のサンプル（写真1）を作成
し、実際本人に着用していただ
いて決める方が良いでしょう。

表1 サイズ別の主な使用部位

主な使用部位	テンソグリップ	テリーネット
前腕や小児の四肢	7.5cm	5cm
下腿や上腕	8.75cm	7.5cm
太めの下腿や大腿部	10cm	10cm
大腿部	12cm	12.5cm
太めの大腿部	17.5cm	15cm



写真1 テンソグリップ試着サンプル例

一般的な使用方法

① あらかじめ各サイズのサンプルを準備しておきます。

- 圧迫したい部位にサンプルをあわせて適切なサイズを決定します。その後本人が着用できるか、圧迫力は十分か、本人が脱ぐことができるかなどを確認します。本人が着脱困難であればサイズをひとつ大きくします。

② 本人が着脱できることを確認後、必要な長さに切ります。

- 膝・肘関節を越えるような長さで圧迫することはできるだけ避け、前腕・下腿でいったんサイズと長さを決定し、1サイズ大きいもので関節下から上腕・大腿にかけてを圧迫すると、関節での食い込みを防ぎやすくなりま

す。また上腕・大腿部中枢部は丸まって食い込みやすいため、あまり中枢部まで引っ張り上げすぎないように注意します。

- 手背・足背を圧迫する際には、長さを調節して末梢で余った部分を折り返すようにすることもあります。中枢部分を折り返すと食い込みの原因となりますので注意が必要です。重力のかかる末梢は強めに、逆に中枢は弱めに圧迫することが重要です。
- 圧迫力が不十分であれば、サイズをひとつ小さくするか、同じサイズを2枚重ねて使用することもあります。

テンソグリップの使用例

以下に上肢・下肢別に使用方法の具体例を示します。

【上肢】

《サイズの選択》

① 適切なサイズのテンソグリップを選択します。

腕の太さにより**7.5cm** 幅または**8.75cm** 幅を選択しますが、強めに圧迫したい場合は細いサイズを選択します。

② 必要な長さにカットします。

- 上腕が細い場合には、手首から上腕中枢までの長さにテンソグリップを切り均等に引っ張りながら装着します（写真2）。本人には肘関節での食い込みには注意するように指導します。
- 上腕が太い場合には、手首から肘関節までで細いサイズで長さを合わせ（写真3-1）、肘関節の下から上腕中枢部分までひとつ太いサイズで圧迫するように工夫します（写真3-2）。

《装着後の確認》

一部に丸まり、食い込み、痛み等がないか確認します。

- 丸まりやすいところ: 上腕中枢（写真4）
- 食い込みやすいところ: 手首、肘関節、上腕中枢部（写真5）

《上肢のいろいろな圧迫》

いずれの場合も様子をみながら圧迫方法や範囲の変更を検討します。

- 手背の圧迫

7.5cm 幅で使用します。手指の付け根（MP関節付近）から手首までの長さに切るか、肘関節付近までの長さに切って使用します。

一度着用して母指が出せる場所に適度な大きさの穴を開けます。穴が小さいと母指の付け根で食い込み痛むことがあります。しかし穴が大きくなりすぎると生地が弱くなるため避けてください（写真6）。

- 前腕が細く、前腕部分の圧迫が弱い場合
長めに切って手首で折り返し、手首から肘までを2重に装着することもあります（写真7）。



写真2 手首から上腕中枢まで均等に引き上げます



写真3-1



写真3-2



写真4 上端の丸まりによる食い込み



写真5



写真6 穴を開けます

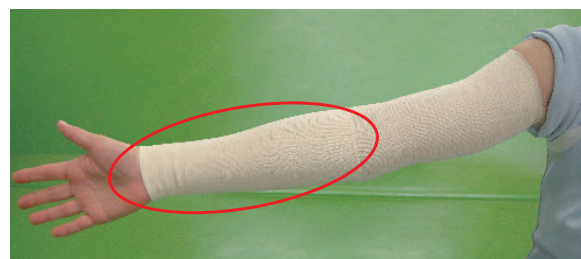


写真7 2重にします

【 下 肢 】

《サイズの選択》

① 適切なサイズのテンソグリップを選択します。

基本的に下腿と大腿ではサイズを変える必要があります。下腿の太さにより8.75cm幅または10cm幅を選択しますが、非常に太い場合は12cm幅が必要です。大腿は太さに応じて10cmから17.5cm幅のサイズをあわせますが、強めに圧迫したい場合は細い方のサイズを選択します。

② 必要な長さにカットします。

● 下肢の圧迫

足背から圧迫できるような長さで切ります。上肢では手首から圧迫することも多いのですが、重力の影響が大きい下肢では必ず足背を圧迫してください（写真8）。

● 下腿の圧迫

足背から膝関節下までで長さを合わせて切ります。その際膝関節での食い込みを避けるため、膝窩部までは引っ張り上げないようにします（写真9）。

● 大腿までの圧迫

膝関節下5cmほどから大腿部にかけて長さを合わせてください。着用する際にも膝下で下腿の圧迫と重なるように着用してもらいます（写真10）。大腿部は強い圧迫力はいらないため、食い込まないように少し大きめのサイズであわせてください。

● 足背の圧迫

足背は重力の影響や足首での食い込みが影響するため、その他の部位より強めの圧迫が必要です。足趾の付け根で折り返して2重にして使用することがあります（写真8）。

《装着後の確認》

一部に丸まり、食い込み、痛み等がないか確認します。

- 丸まりやすいところ:膝関節下、大腿部中枢部（写真11）
- 食い込みやすいところ:足首、膝関節、大腿部中枢部（写真12）

《下肢のその他の圧迫》

様子をみながら圧迫方法や範囲の変更を検討します。

● 傷などがある場合

下肢には傷があることもあります。先に処置をしてガーゼなどを当てたのち、緩く通常の包帯を巻いておき、その上に少し太めのサイズのテンソグリップを使用します。ただし糖尿病や動脈硬化が原因の傷は圧迫しないように注意してください（写真13）。



写真8 足背の圧迫：足背部分を2重にする場合



写真9 足下腿の圧迫



写真10 大腿部の圧迫



写真11-1



写真11-2



写真12-1



写真12-2



写真13



少し太めのサイズを選択します



テリーネットの使用例

テリーネットはタオル地で肌触りが良いため、多層包帯の簡易的な方法として弾性包帯を組み合わせる使用することができます。ただ圧迫力は弱いので、単独で使用する場合には重力の影響が少ない上肢が中心になります。

テリーネットを包帯と組み合わせて使用する方法

- ① 適切なサイズのテリーネットを選択する。
 - テンソグリップよりも少し大きめのサイズを選択します。
- ② 必要な長さにカットします。
 - 実際の計測よりも10cmほど長くテリーネットを切ります。
 - 上肢に使用する際には、母指を出すために切り込みを入れます。
- ③ 切ったテリーネットを腕・脚に装着します（写真14）。
- ④ テリーネットの上に弾性包帯（コンプリラン）を巻きます（写真15）。

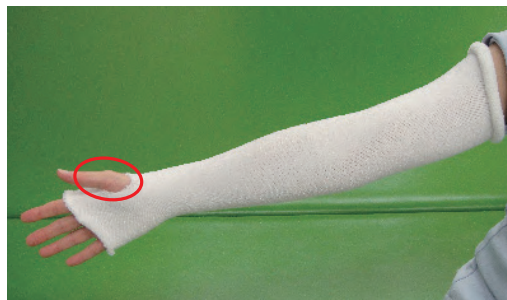


写真14-1 上肢 切り込みを入れます



写真14-2 下肢 必要に応じて足指に包帯を巻きます



写真15-1 コンプリラン1本で前腕を巻く



写真15-2 もう1本追加し上腕まで巻く



写真15-3 下腿の圧迫

さいごに

テンソグリップ・テリーネットを使用すると、簡単に腕や脚を圧迫できます。またサイズが豊富で加工もしやすく、いろいろな圧迫方法を試すことが可能です。弾性着衣と比較して安価で着脱しやすく、食い込みも少ないという利点もあります。圧迫することに消極的な高齢者には非常に有効と考えています。是非一度お試しください。