

# 産後骨盤矯正 専門評価シート

## 基本情報

氏名： \_\_\_\_\_

年齢： \_\_\_\_\_ 歳

出産日： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

現在産後： \_\_\_\_\_ ヶ月

---

## 出産歴

初産

経産婦 ( \_\_\_\_\_ 回目)

---

分娩方法

自然分娩

無痛分娩

帝王切開

吸引分娩

鉗子分娩

---

出産時のトラブル

特になし

難産

会陰切開

会陰裂傷

大量出血

その他

---

---

## 主訴

- 腰痛
  - 恥骨痛
  - 股関節痛
  - 肩こり
  - 首こり
  - 腱鞘炎
  - 尿漏れ
  - 下腹ぼっこり
  - 体型の崩れ
  - むくみ
  - 疲労感
  - その他
- 
- 

## 姿勢評価

### 正面

- 頭部前方位
- 巻き肩
- 骨盤左下制
- 骨盤右下制
- O脚
- X脚

重心偏位

---

## 側面

猫背

反り腰

フラットバック

下腹突出

胸郭前方化

---

## 後面

肩の高さ左右差

骨盤左右差

側弯傾向

---

## 骨盤評価

ASIS

左高

右高

同レベル

---

PSIS

左高

右高

同レベル

---

下肢長差

左長

右長

なし

---

## 腹部評価

### 腹直筋離開

臍上

\_\_\_\_\_指幅

臍部

\_\_\_\_\_指幅

臍下

\_\_\_\_\_指幅

---

離開評価

なし

軽度

中等度

重度

---

腹圧保持

良好

やや低下

低下

---

## 骨盤底筋評価

- 尿漏れあり
  - 咳で漏れる
  - くしゃみで漏れる
  - ジャンプで漏れる
  - 尿意切迫感
  - 頻尿
  - 便秘
- 

## 動作評価

### スクワット

- 良好
  - 不安定
  - 痛みあり
- 

### 片脚立位

右 \_\_\_\_\_ 秒

左 \_\_\_\_\_ 秒

---

### 立ち上がり

- 良好
  - 不安定
  - 痛みあり
-

## 抱っこ動作

- 良好
  - 腰痛誘発
  - 肩痛誘発
  - 左右偏りあり
- 

## 育児負担評価

授乳

- 母乳
  - ミルク
  - 混合
- 

抱っこ時間

- 1時間未満
  - 1～3時間
  - 3時間以上
- 

睡眠

平均 \_\_\_\_\_ 時間

---

## 施術後再評価

- 骨盤バランス改善
- 重心改善
- 腹圧改善
- 立位安定性改善

抱っこ動作改善

歩行改善

---

## 患者様の体感

腰が軽い

恥骨痛軽減

抱っこが楽

立ちやすい

歩きやすい

下腹が締まる感じ

姿勢が良くなった

呼吸しやすい

その他