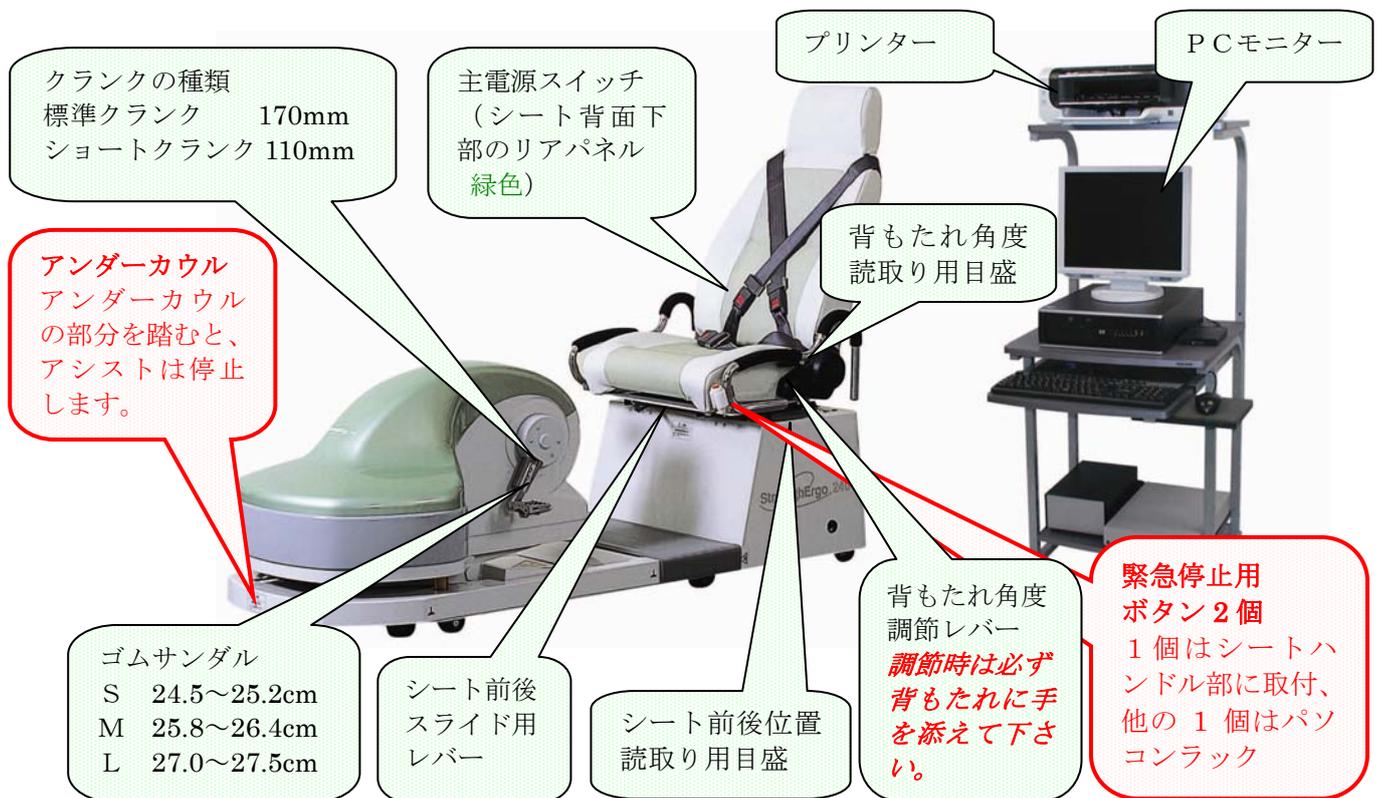


## StrengthErgo240

取扱説明書および添付文書の内容をよく理解してからご使用ください。

## 簡易操作マニュアル

## (1) ストレングスエルゴの主な操作位置と電源の入/切



## 【1】電源の入れ方

- ①リアパネルの主電源スイッチを入れる。〈緑色ランプ ON 確認〉次にパソコン本体の電源を ON にします。
- ②スタートは、開始ボタンをクリックします。

## 【2】電源の切り方

- ①作業終了後、操作画面より その他タグをクリックし、シャットダウンを選ぶ。更にシャットダウンをクリックすると、PC電源が切れます。
- ②PCモニターの表示が完全に消えた後、リアパネルの主電源スイッチを切ります。〈緑色ランプ OFF 確認〉
- ③リアパネルの主電源スイッチを切ると、プリンター及びスピーカーも同時に OFF となります。

患者の漕ぎやすい姿勢の目安

- 背もたれ角度  
約 110° 〈目盛 2〉
- シートの前後位置  
患者の脚伸展時で、膝角度が 20° ~30° 位
- 患者の身体的条件や病状  
・病歴によって左右されます。患者の漕ぎ易い条件を見つける事が重要です。

ご注意：PCの通電中は、絶対主電源スイッチを切らないで下さい。  
データが破損する恐れがあります。

## (2) 操作方法

### 【1】スタート(開始)



開始ボタンをクリックすると、右下の画面になります。

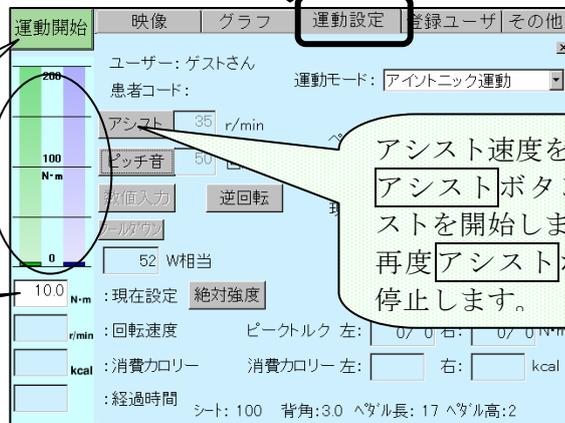
### 【2】画面構成の紹介

①運動設定タグをクリックすると、

運動開始ボタンです。

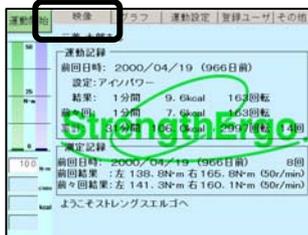
脚力を表示します。  
左が左脚、右が右脚を表します。

選択した運動モードでの設定値を設定(負荷、速度)します。



アシスト速度を設定します。  
アシストボタンを押すとアシストを開始します。  
再度アシストボタンを押すと停止します。

②映像タグをクリックすると、



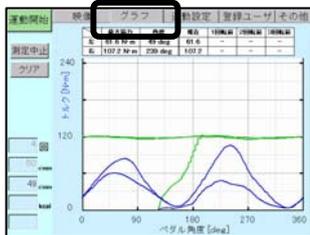
運動開始ボタンをクリックすると、右図のような映像が表示されます。運動に合わせて、映像が変化していきます。



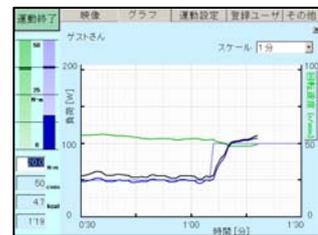
③グラフタグをクリックすると、

運動中のペダルの回転速度(緑色)、脚力のトルク(青色)、負荷ワット(黒色)を表示します。

筋力測定中



アイソトニック運動中

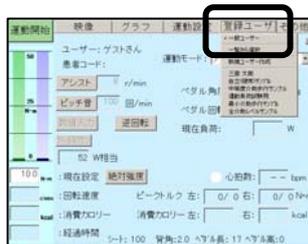


④登録ユーザタグをクリックすると、

ユーザ名を選択できます。

又新規ユーザを登録したり、最近のユーザ名を検索できます。

初期設定は、一般ユーザに設定されています。



⑤その他タグをクリックすると、

- 個人の測定結果を見る
- 個人情報の設定
- システムの詳細設定
- 特別な運動モードとして、初期リハビリ、反復アシストなどが選択できます。

### 【3】新規に患者を登録

①登録ユーザタグで新規ユーザ作成を選択(患者名、読み方、生年月日、男女、身長、体重)

右記画面に、最小限名前、よみ、生年月日、男女、身長、体重を入力します。

入力方法：「半角/全角(漢字)」キーをクリックして、

<「ひらがな」を選択する場合>

画面上の文字入力ツールバー(下図)の「あ」を表示します。



又は あ



<「直接入力」を選択する場合>

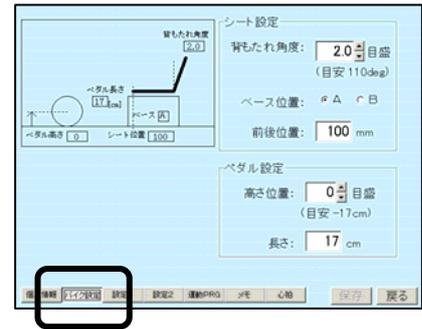
画面上の文字入力ツールバー(下図)の「A」を表示します。



②**バイク設定**で患者の姿勢に合わせた背もたれ角度とシートの前後位置、ペダルの高さ位置、ペダルの長さを入力します。

注：ペダルの長さは工場出荷時、標準タイプで 17cm、ショートタイプで 11cm です。

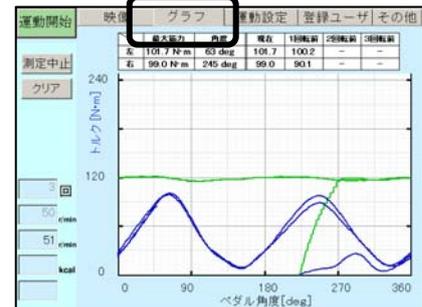
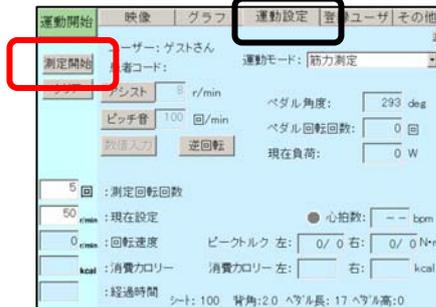
③メモで補足事項、注意事項などを記載すると、次回参照できます。



#### 【4】筋力測定

**運動設定**タグで筋力測定を選択(設定、測定開始、保存)

①**運動設定**画面の**運動モード**で、筋力測定を選択し、**グラフ**画面で、**測定開始**ボタンをクリックします。

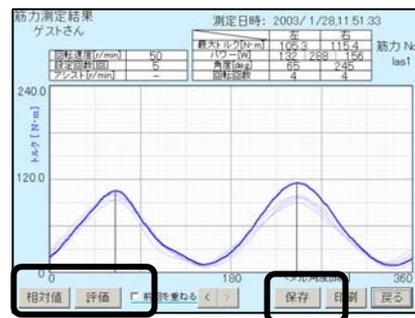


②保存、評価、相対値の設定

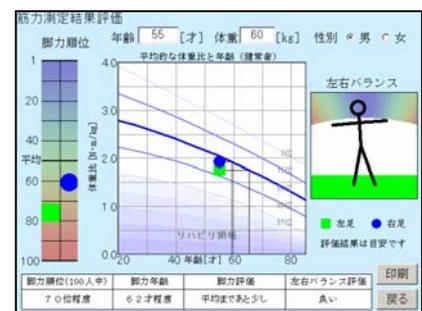
**保存**ボタンで測定結果を保存します。

**相対値**ボタンで筋力測定値を運動設定に反映できます。

**評価**ボタンで脚力年齢を評価します。



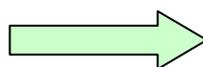
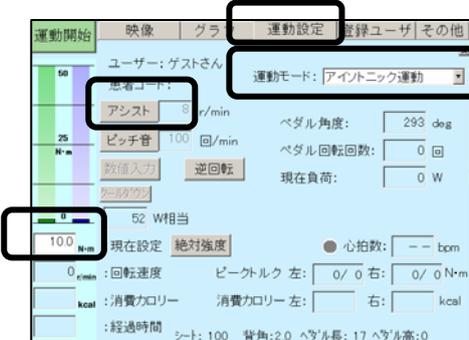
**評価**ボタンを押すと



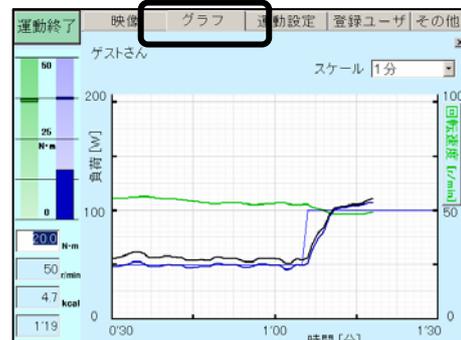
#### 【5】リハビリ運動をする

**運動設定**タグを選択し、運動モード、負荷設定、アシスト条件を設定します。

(運動開始、保存、印刷) ※運動結果は、過去5回分まで仮保存しています。



**グラフ**タグを押すと、運動中の画面が見られます。



#### 【6】結果を見る

**その他**タグから、**あなたの記録**の結果を見ることができます。

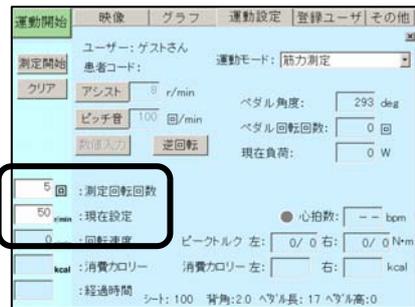
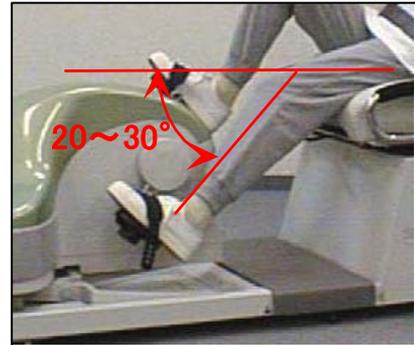
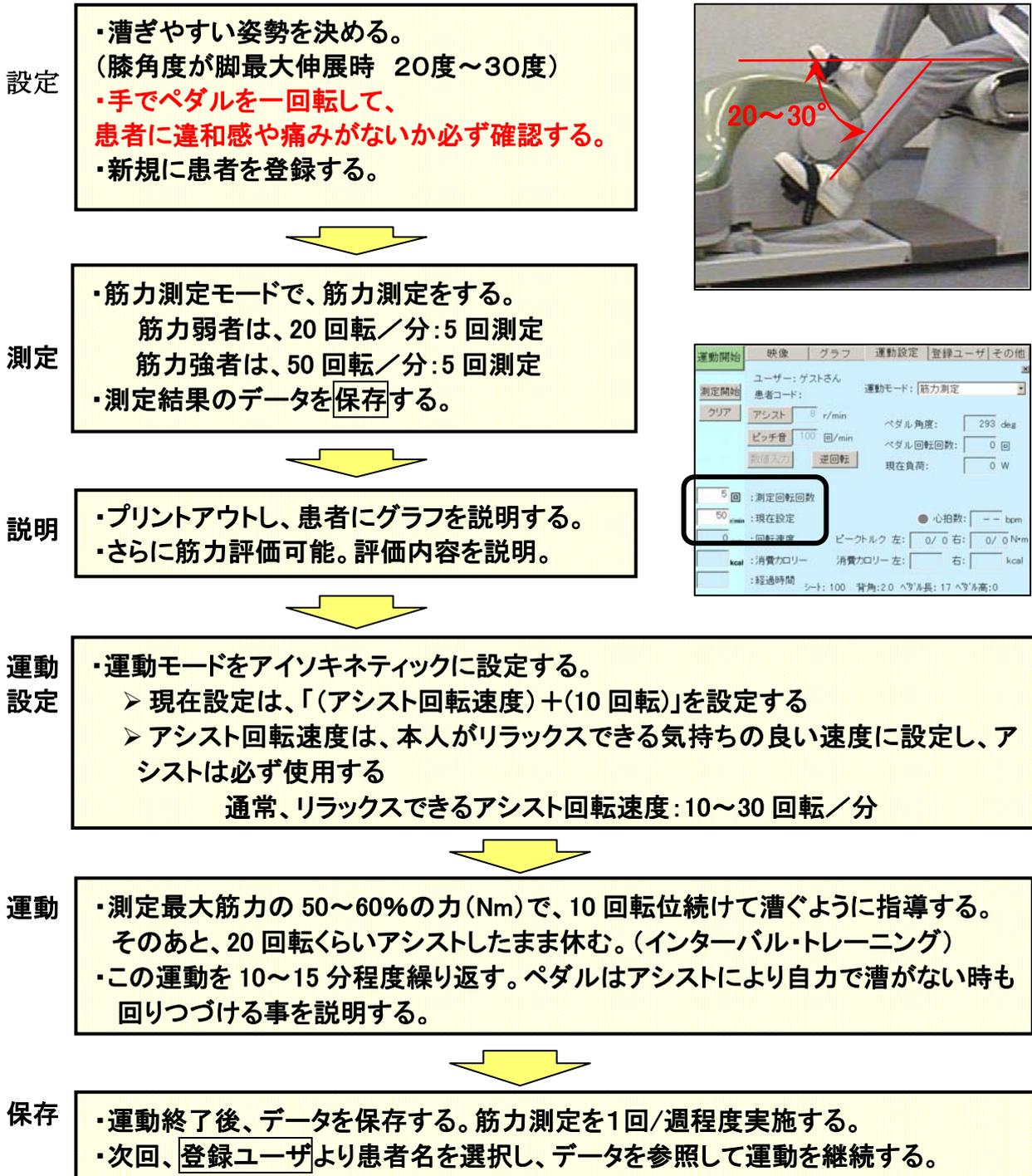
**あなたの記録**より、筋力測定結果、運動結果、最大筋力の記録、消費カロリーの記録、アイソメトリック測定結果の画面を表示します。

【7】目的別使用方法

以下にご紹介する使用方法は医師の処方では有りません。  
 実際の適用については医師の指導に基づいて実施して下さい。

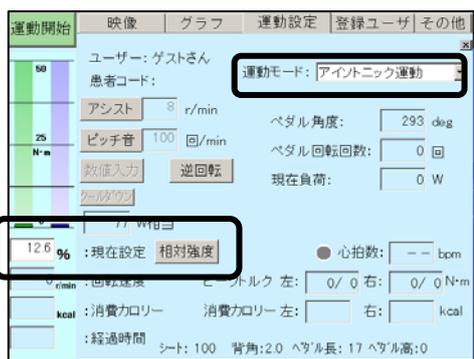
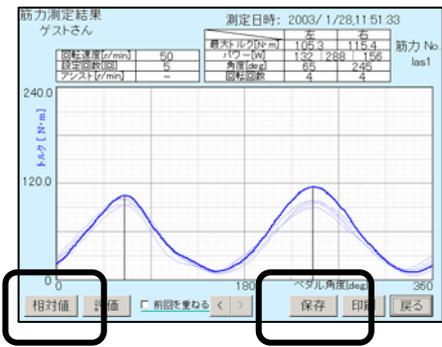
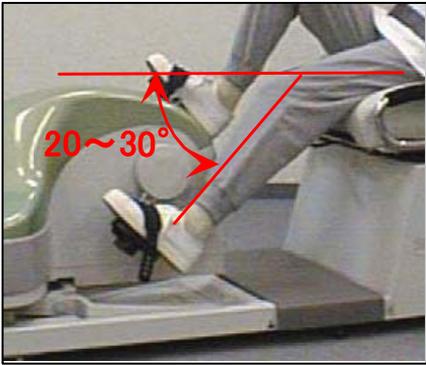
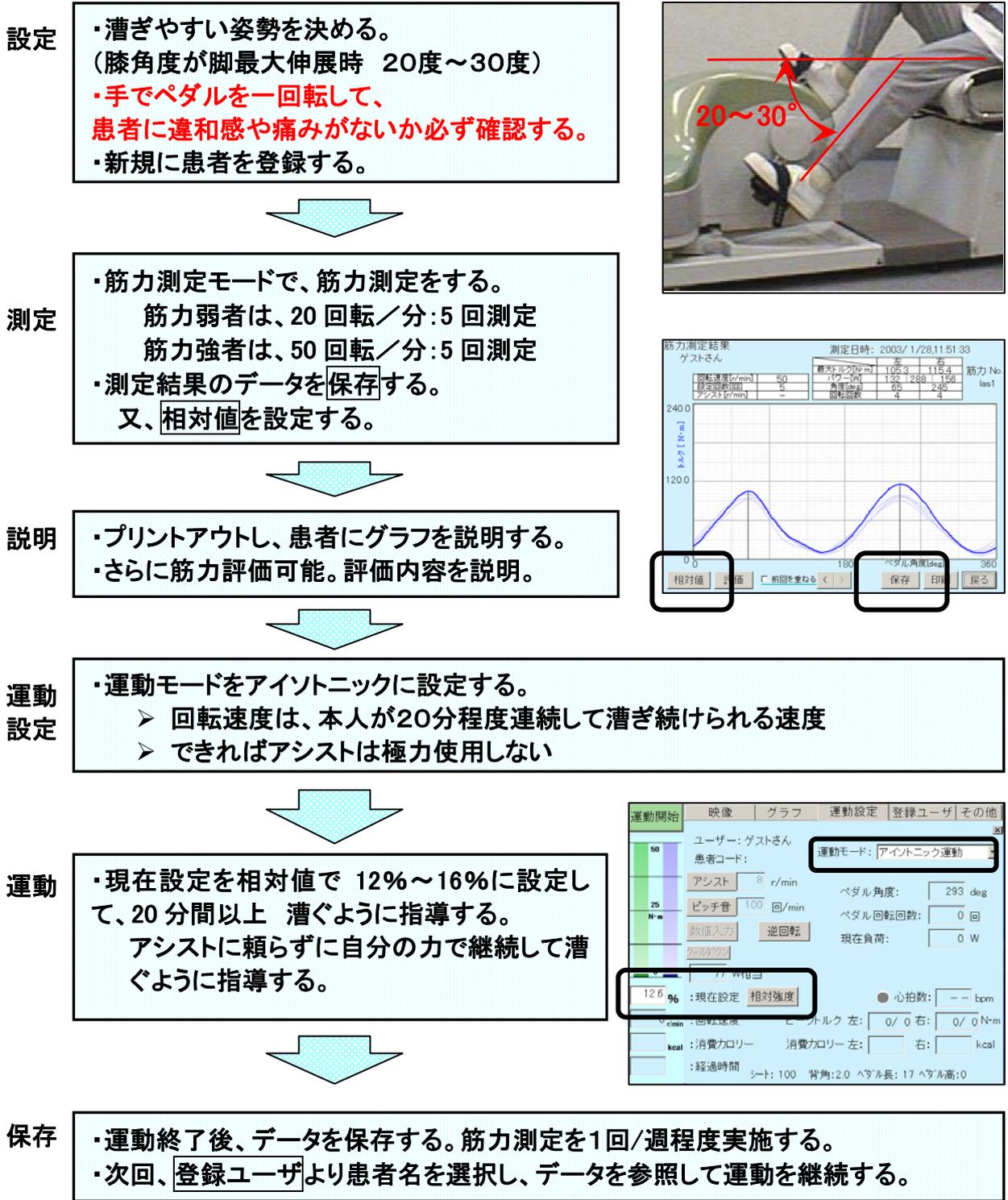
①使用方法 I (筋力強化: 筋力測定が可能な場合、アイソキネティックモードを使用)

注意: 荷重制限、可動域制限、神経疾患等が有り、左右差が大きい場合は初期リハビリを使用する。



②使用方法II（持久力強化：筋力測定が可能な場合、アイソニックモードを使用）

注意：荷重制限、可動域制限、神経疾患等が有り、左右差が大きい場合は初期リハビリを使用する。

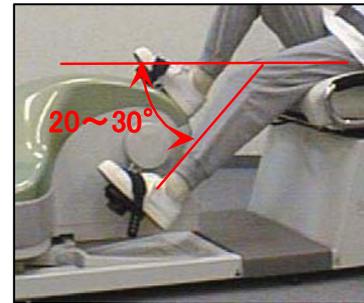


## ③使用方法Ⅲ（持久力強化/筋力強化:筋力測定が不可能な場合、初期リハビリを使用）

注意: 荷重制限、可動域制限、神経疾患有り、左右差が大きい場合に有効

## 設定

- ・漕ぎやすい姿勢を決める。(膝角度が脚最大伸展時 20度~30度)
- ・手でペダルを一回転して患者に違和感や痛みがないか必ず確認する。
- ・新規に患者を登録する。
- ・その他から初期リハビリを選択する。



## アシスト設定

- ・初期リハビリで、アシスト回転速度を決める。  
筋力弱者は、8回転/分から徐々に早くする(設定目安 15rpm)  
筋力強者は、20回転/分から徐々に早くする(設定目安 30rpm)
- ・本人がリラックスできる気持ちの良い回転数に設定する。

## 運動設定

- ・初期リハビリの初期値設定を設定する。
  - アイソキネティック回転速度は、「(アシスト回転速度)+(5~10回転)」を設定
  - アシスト回転速度は、本人がリラックスできる気持ちの良い速度を設定
  - 終了の方法を選択する(終了ボタン、運動時間、回転回数などから)
  - グラフスケールの目盛(縦軸)を調整する  
個人ごとの初期値設定に条件を保存する。



## 運動

- ・本人に無理のない力で10~15分以上漕ぐよう指導する。筋力評価は、運動中の最大トルクを目安にする。(運動中1~2回全力で漕いでもらうと良い)
- ・10回転くらい漕ぐように指導。そのあと20回転くらいアシストで休む。この運動を繰り返す。ペダルはアシストにより自力で漕がない時も回り続ける事を説明する。(インターバル・トレーニング)
- ・荷重制限については、トルクと踏み込み力の関係表を参照(取扱説明書)。

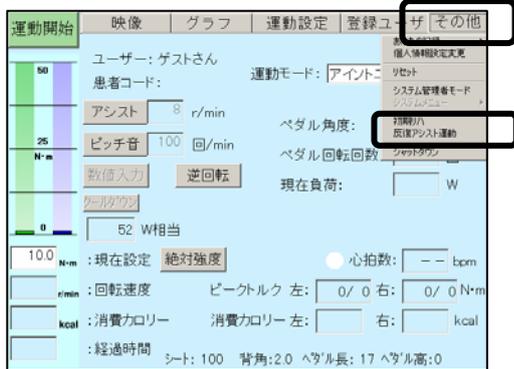
## 保存

- ・運動終了後、データを保存する。
- ・次回、登録ユーザより患者名を選択し、データを参照して運動を継続する。

【8】初期リハビリの操作方法

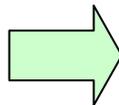
①初期リハビリの起動

その他から初期リハビリを選択します。



②運動開始の手順

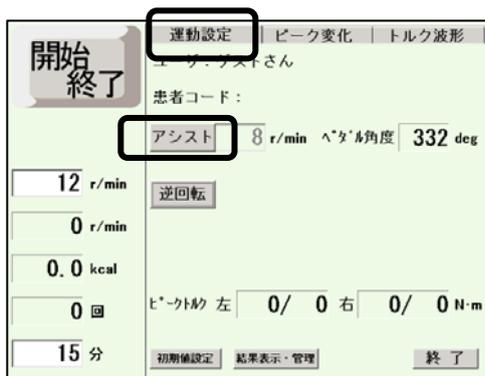
②-1 初期値設定ボタンをクリック <初めて使用する患者に設定。回復度合いに応じて変更>



- ・「アシスト回転速度」
  - ・「アイソキネティック回転速度」
  - ・「終了」
- の3項目を設定し、「保存」する。

②-2 アシストを開始する

運動設定タグを選択し、アシストボタンをONします。



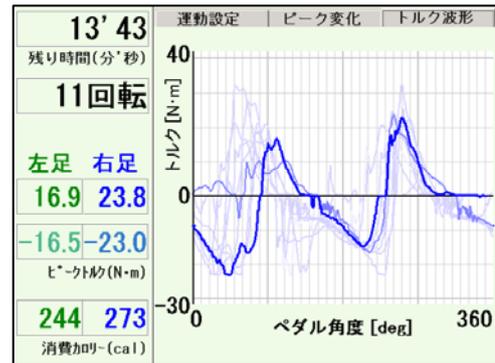
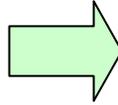
アシスト回転速度は高齢者で10~20rpm、リラックスできるペダルの速さを設定することが重要です。必要に応じてアシスト回転速度を変更してください。

**注意：アシストする場合は、必ずペダルが自動的に回転することを患者に説明してからアシストを開始してください。**

- \* このとき、患者さんの両足にサンダルが正しく装着されていることを確認してください。また、外旋防止ツールを使用する場合は、正しく装着されていることを確認してください。
- \* 初期リハビリの運動モードはアイソキネティック運動です。最大の力を出してもペダルの回転速度は早くならず、脚に反力として力がかかるので、無理して力を出さないように指導してください。

②-3 タイマーを開始する

開始終了ボタンを押します。(ボタン形状が押された状態に変わります)  
数秒でトルク波形画面に自動的に切り替わります。



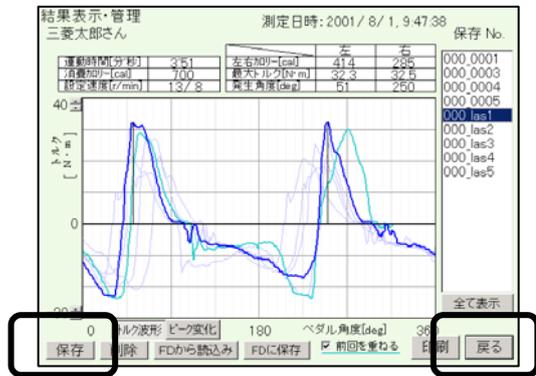
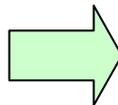
③運動終了の手順

③-1 タイマーを停止する

運動設定タグを選択し、開始終了ボタンを押します。  
自動的に結果表示画面に切り替わります。

③-2 保存ボタンで運動結果を保存する

戻るボタンを押し、運動設定画面にします。



③-3 初期リハビリを終了する

運動設定画面で、終了ボタンを押します。

