

## BMS 使用マニュアル

### 1. BMS とは

基本動作指標 (Basic Movement Scale: BMS) は、生活の中で基盤となる動作 (基本動作) を測定する指標です。基本動作は、それ自体は目的をもった行為ではなく、個人の日常生活上の活動や行為 (Activities of Daily Living: ADL) を遂行するための手段として利用された場合に機能し、意義をもつとされています。BMS version1 は、寝返りや乗り移りなど 9 項目の基本動作で構成しています。

BMS は、上肢活用有無による動作遂行可否および 5 点から 1 点の 5 段階評定を判定尺度に用いるとともに、イラストによる動作の視覚化によって使用者および第三者の理解が得られやすいことが特徴の一つに挙げられます。「BMS の使い方」を参考にしながらリハビリテーション場面や情報共有などに活用して下さい。

### 2. BMS の測定基準

寝返り、起き上がり、端座位保持、立ち上がり、立位保持、着座、乗り移り、足の踏み返し、歩行の Capacity を判定します。

Capacity は、リハビリ室など一定の環境において対象者が動作を意識した上で当該動作が「できるか」「できないか」を指します。また、普段の実行状況 (Performance) による測定では、生活環境や使用道具などで動作レベルに個人差が生じるため、これとは区別する必要があります。

なお、寝返り・起き上がり・足の踏み返しの 3 項目には動作方向が 2 通りあります。使用者および第三者の共通言語として、BMS では日常的に最も多く行う方向を実用側、それとは反対方向を非実用側とします。

### 3. BMS の判定尺度

BMS の判定尺度は、5 点から 1 点の 5 段階評定となり、5 点に近づくほど能力が高く 1 点に近づくほど能力が低いことを指します。

得点	区分
5	上肢を使わなくてもできる
4	上肢を使わなくてもできるが毎回ではない
3	上肢を使うとできる
2	上肢を使うとできるが毎回ではない
1	できない

#### 4. BMS の使用で期待できる効果

BMS では、以下のような使用効果が期待できます。

- ◆ 対象者の経時的変化を把握しやすい
- ◆ PT の治療目標が明確になる
- ◆ PT の治療成果が明確になる
- ◆ 医師や看護師など多職種間での情報共有に活用できる
- ◆ 対象者とその家族への説明などに活用できる

などが挙げられます。

#### 5. 「上肢を使う」と「毎回できる」の解釈

##### 1) 「上肢を使う」とは

「上肢を使う」とは、手すりやベッドなどの物につかまることや床面を手足で押すなどによって動作遂行を明らかに補助していることを指します。

ただし、動作の中での自然な上下肢の動きなどは含まれません。例えば、左側に起き上がる場合で頭部や上半身が床面から離れる時の左手や左肘で床を押す行為は、自然な動きに該当します。

(起き上がる途中の場面)



「自然な動き」



「上肢を使う」

##### 2) 「毎回できる」とは

「毎回できる」とは、動作を行うたびごとに必ずできることを指します。

ここで注意すべき点は、人がある動作を行う時、そのたびごとに全く同じ動き方で動くとは限らないことです。対象者のレベルに変化がなくても、身体の動かし方によっては動作速度や向きが変化し、体調によっても動き方は変化します。また、動かし方によって能力が変化する可能性も考えられます。したがって、専門家でも「毎回できる」の判断は非常に難しいと言えます。

#### 6. BMS の使い方 (具体例)

##### 1) 日々の記録への活用方法

- ・「今日の立ち上がり能力は BMS で 5 (上肢を使わなくてもできる) です。昨日は 4 (上肢を使わなくてもできるが毎回ではない) でした。ー昨日は…」
- ・「最近、5 の時が増えてきました」

BMS を用いれば動作レベルを数値化できるため、日々の記録などに活用して能力の経時的変化 (良くなったり悪くなったり) を追うことができます。

PT の立場からすると、PT の治療成果の確認や治療内容の再考に役立てることができます。



