

あいの



Vol. 44

令和3年1月発行



特集

リハビリテーション科

(診療科紹介⑬)

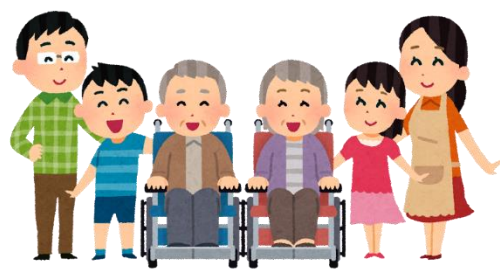
お知らせ

パーキンソンリハビリのご案内

「リハビリテーション科」

理学療法とは、「立ち上がる」「起き上がる」「歩く」「寝返る」など、基本となる体の動作の訓練を行います。

作業療法とは、日常生活をスムーズにするための応用的動作である「食事をする」「顔を洗う」「料理をする」「字を書く」などの生活する上で必要不可欠な動作の訓練を行います。



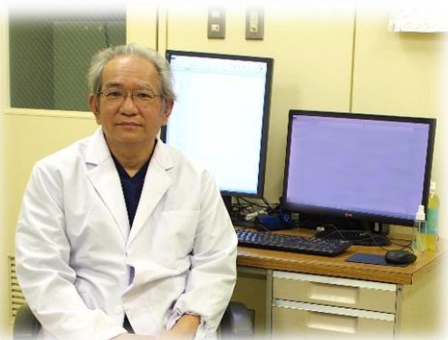
理学療法士が体の大きな動きの訓練を行うのに対して、作業療法士は手の動作や指の細かい動作の訓練を行います。また、作業療法士ならではの特徴として、精神分野のリハビリテーションを行うという点も挙げられます。

言語聴覚療法とは、コミュニケーション機能の障害を持っている人に対し、どんな問題や課題を抱えているのかを確認した上で訓練や指導などを行います。さらに摂食に関する疾患にも対応し、食事の飲み込みなど嚥下機能の改善を目指します。



超高齢社会を迎える日本において、リハビリテーションは機能の回復を図るだけでなく、「健康を維持する」「悪化を予防する」等重要な役割も占めています。当院ではリハビリテーションの診察を常勤医1名、非常勤医1名が担当し、スタッフとして理学療法士15名、作業療法士18名（うち5名 認知症リハ専従）、言語聴覚士3名が治療に専念しております。その特徴は、多くがパーキンソン病や他院では受け入れが困難な認知症や精神疾患に罹患した患者さんが多くを占めることです。認知症患者は、高齢者人口の急増に比例し、現在では325万人が罹患していると考えられており、それに対応すべく作業療法士の5名が認知症リハビリテーションを専門的に行っております。また精神疾患患者に関しては、精神科医との連携を密にとり積極的にリハビリテーションを行っております。

現在、年間約450人以上の患者さんに対応しており、月1回 医師、リハビリスタッフ、看護師そして社会福祉士が合同で検討会を開き、患者さんの現在の状態と今後、退院先で必要となる身体能力を情報交換しながら最適な治療方針を決定し治療にあたっています。



堀 修昌



澤田 徹

パーキンソンリハビリ+教育入院ってなあに？



藍野病院では、パーキンソン病の患者様に対し、入院期間は基本的に4週間で、ひとりひとりの状態に合わせたオンリーワンのプログラムを提供する取り組みを平成27年2月から実施しております。



『パーキンソンリハビリ』ってなあに？



理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が、身体面・精神面・認知機能も含めた評価・介入を行います。

- ◆ 運動習慣を身につけ、動きやすい体を作る！
- ◆ 動くだけでなく、生活で使えるように！
- ◆ 出来るだけでなく、生活で続けられるように！
- ◆ 無理なく安全に生活できるように！



『“プラス”教育入院』ってなあに？



多職種で構成するチームによる介入により、パーキンソン病の理解を深めることを目的としています。体の動きに関する症状（運動症状）だけでなく、それ以外の症状（非運動症状）に対しても関わります。患者様も受動的でなく、参加型の能動的な治療を目指します。



『あいの流パーキンソンドダンス®』ってなあに？

運動機能

[体の柔軟性]
[動きやステップのスピード]
[バランス]
など

認知機能

[イメージした動きを計画・実行する]
[音楽と合図にあわせる]
[動きを繰り返して覚える]
[自分の体を意識する]

精神機能

[リズムに合わせて
体を動かすことで楽しくなる]

日常生活をよりよくするための工夫をダンスに取り入れる

パーキンソン病により低下した機能に、包括的に働きかける有用な介入方法として世界的に注目されており、パーキンソンリハビリ+教育入院中のプログラムにも取り入れております。

LSVT（Lee Silverman Voice Treatment）ってなあに？



米国で考案され、パーキンソン病患者様の発話明瞭度改善に有効とされる訓練法です。（LSVT® LOUD）動きの大きさの低下・動きの速さの低下に対して、理学療法領域に応用されました。（LSVT® BIG）指定の講習会受講と認定試験合格者のみ実施でき、当院はLSVT® BIGの認定セラピストが在籍しています。

カレー風味ピラフのレシピ

当院栄養管理科、管理栄養士が
考案したメニューです！



おうちでも簡単♪
カレー風味を効かせた、塩分控えめ
の洋風炊き込みご飯です！



材料（4人分）

- 米 320g（2合）
- 玉ねぎ 60g
- 本しめじ 2/3P
- むきえび 120g
- オリーブ油 大さじ1

※A

- 水（米を炊く） 360cc
- 固形スープの素 1+1/2 個
- カレー粉 小さじ1
- 白ワイン 大さじ1
- こしょう 少々
- ミックスベジタブル 60g
- 醤油（濃口） 小さじ1/3



作り方

- ①米は洗ってからざるに上げて、30分以上水気を切っておく。
 - ②玉ねぎはみじん切りにする。むきえびは一口大に切っておく。
 - ③本しめじは石づきをとってほぐし、2~3cm くらいの長さに切っておく。
 - ④鍋にオリーブ油を入れて玉ねぎを炒める。玉ねぎに油がまわったら、本しめじ・むきえびを加えてさらに炒める。
 - ⑤④に米を加え、米が半透明になるまで焦がさないように炒める。
 - ⑥炊飯器の内釜に⑤と※Aの材料を全て加え、軽く混ぜて普通にご飯を炊く。
- ★ポイント 固形スープの素は予め包丁で細かくきざんでおきましょう。

こころはまるく

【新型コロナに負けないために】

新型コロナウイルスの長引く影響により「自粛疲れ」「コロナうつ」といった言葉をテレビでもよく耳にします
みなさんはいかがですか？ちょっと疲れてきていませんか？

自分の〇〇に気づこう

気持ち



不安
そわそわする
いらいらする
やる気が起きない

行動



暴飲暴食
衝動買い

からだ



頭が痛い
お腹が痛い
眠れない

まずは「気づく」ことが大切

心や身体に変化がおこるは当然のことです
『こんなんではあかん！』と否定せず、
「今ちょっとイライラしてるな」
「最近お酒増えたなあ」
そのままを受け止めましょう

そして、今、自分が自分のためにできることを
取り入れましょう



「いつもと同じ」ことを大切に

1 休むときはしっかり休む

2 食事はきちんととる



3 少しでも身体を動かす

4 家族や友だちと話をする



5 信頼のおける人に相談する

参考：国立育成医療研究センターこころの診療部「新型コロナウイルスに負けないために～リラクゼーション編」

入院のご相談は「地域医療連携センター」まで TEL：072-627-7611(代) FAX：072-627-3627

発行：医療法人 恒昭会 藍野病院

ホームページ <http://www.koshokai.or.jp/aino>

メールアドレス aino-hp@koshokai.or.jp