

リハビリテーションへの心構え

疾病や障害は心理に多様な影響を与える。本人ばかりでなく周囲の関係者の心理状態もリハビリテーション介入の対象となる。医療の目的は全人間的復権であることから、その効果は一般に社会や生活に対する参加の制約の程度で評価される。心理的リハビリテーション対応の目的は人として生きるための別の価値を発見すること、つまり新しいQOL(quality of life)の創造とされる。

障害を克服していく時、いくつかの異なる心理反応(防衛機制)の段階をたどる。痛ましい事態に遭遇すると、まず衝撃と不信に対する緩衝反応から問題を「否認(隔離)」しようと無意味な対応を繰り返す。その段階が維持できなくなると、「怒り(憤り)」を周囲の人達や自分自身などあらゆる方向へむやみに向ける。この怒りが周囲の人達から、当事者等を取り巻いている者に対する個人的な怒りではないと許容され、支持的に対応されると、次の段階の「取り引き」に達し、ついで「抑鬱」の段階となり、最終的に、自己放棄とは異なった、あるがままの自分を容認する段階、すなわち「受容」に至ることになる。これら諸段階の経過する時間は、個人のそれまでの生き方や痛ましい事態に対する心構えなどの影響を受け一定ではなく、また、各段階は重なり合うことはあっても入れ替わることは少ないとされている。さらに、諸段階を乗り越えるためには希望を常に持ち続けていることが重要であることも強調されている。

そして、リハビリテーション現場では、この「抑鬱」の段階こそ、当事者にとって第三者や外部からの介入を素直に受け入れることが可能になる時期であると認識されている。



獨協医科大学医学部リハビリテーション科学講座主任教授
古市 照人
第7回 県北リハビリテーションフォーラムの特別講演にて

お知らせ
当院は、公益財団法人日本医療機能評価機構より、リハビリテーション病院3rdG:Ver1.0に認定されました。
認定期間は、2014年12月20日から2019年12月19日までです。

4月、5月、6月の予定



- ・FIMについて
教育委員会 4月21日 理学療法士 渡部均
- ・輸血療法について
輸血委員会 5月15日 日本赤十字社の方
- ・マリンバの演奏会
病院エントランスホールにて 6月18日

・那須・南那須メディカルコントロール地域(栃木県北部 塩原温泉 那須温泉 板室温泉地域を含む)での入浴関連事故調査について
日本温泉気候物理医学会 6月21日 病院長 森山俊男

・家族教室の開催
患者様に近づけた体験を通じて、患者様の病気を理解していただき、介護の方法を指導しています。
5月10日:脳卒中とは
5月24日:高次脳機能障害とは
4月12日、6月14日:嚥下障害とは
4月26日、6月28日:介助方法
担当:藤川



・高次脳機能障害者グループ活動「オルガノ」
交通事故や脳卒中などにより脳が部分的に障害を受け、言語や記憶などの機能に障害を持つ方のグループ活動に月に2回、ボランティアとして参加しています。
担当:古牧・鶴田



人生の三大栄養素

筑波大学・小田晋先生は、「よく笑う人は健康で長生きできることがわかっている。一日100~200回笑うと、ボートを10分こぐのと同じ効果を心臓の働きに与える。ということは、血液の循環がよくなり、新陳代謝を促進する」と言っている。『笑いは内側からのジョギングである』とも言われる。
このように、人生には『笑い』が大きな栄養素として働いている。他に三大栄養素をあげるとしたら、『愛』『感動』であろう。

第7回 県北リハビリテーションフォーラムが2月21日に開催されました

パネルディスカッション「県北地域でのリハビリ資源を有効活用するためには」

1. 「急性期病院の立場から」



田口 里香
那須赤十字病院リハビリテーション部
言語聴覚士

リハビリテーションは、急性期から回復期、生活期へと継続され、最終的に地域との密接な連携をもつことが重要であると思われまます。急性期リハビリテーションは、回復期や生活期への一連の流れのスタート部分にあたると位置づけ、可能な限りの早期離床、肺炎や褥瘡といった合併症の予防、筋力の低下や関節のこわばりといった廃用症候群の予防、機能回復を目指しております。

回復期病院へ転院する際には、患者とそのご家族を中心として、医師、看護師、リハビリスタッフおよびソーシャルワーカーが相談しているのみでなく、定期的に回復期病院のスタッフとも合同カンファレンスを行い、情報交換を行っております。

リハビリテーションは、急性期から回復期、生活期へと継続され、最終的に地域との密接な連携をもつことが重要です。今後も、患者様のご自宅に戻られてからの生活を見据えたリハビリテーションが提供できるよう、取り組んでいきます。



2. 「回復期病院の立場から」



比護 達也
栃木県医師会塩原温泉病院
係長 理学療法士

当院では、リハビリテーション訓練だけでなく、患者さんが退院された後の生活について常に考えています。退院前の「拡大カンファレンス」では、ご家族、ケアマネージャーおよび介護スタッフといった退院後の生活に関わる方々を交え、患者さんの退院後の生活に関わる情報の共有を行い、退院直後に困らない生活を送れるよう対応しています。

また、入院中に患者さんの自宅に伺う「家屋調査」も、必要性に応じて行っています。そこで、退院後の生活にかかわるスタッフと一緒に家屋改修の検討や、実際にご家族への介助の方法や動きのアドバイス、退院後の生活に合わせたサービスの検討を行っています。

患者さんにとって一番身近な存在は、もちろん御家族です。病気や怪我により、ご本人だけでなくご家族も様々な不安が生まれます。当院ではご家族含む一般の方向けに「家族教室」を行い、その中で脳卒中やそれに関連する知識や介護技術の伝達を行い、病気や実際の介護に対する不安の解消を図っています。

質の高い回復期での医療を提供できる体制として、入院前から退院後までの情報を集めることが重要です。そのために当院では、クリニカルパスの運用、急性期病院の回診に参加、退院後の生活状況や役割を電話で聞き取るなども行っています。

3. 「生活期施設の立場から」



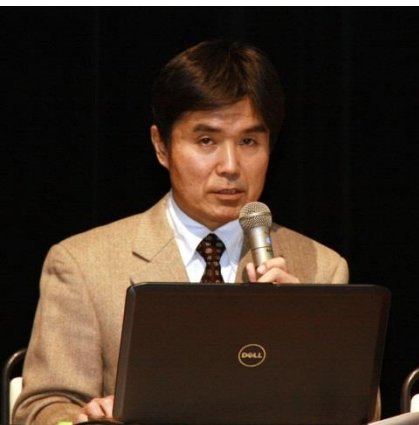
高橋 陽介
国際医療福祉大学塩谷病院
リハビリテーション室係長 作業療法士

生活期のリハビリテーションでは、「病気」をみるのではなく「人」をみることが重要で、病気を「治す」のではなく、病気や障害と「共に生きる」ということです。生活期リハは専門的・集中的な医療やリハが終了してからの対象となり、その役割は、医療依存度の高い人の受入れ、在宅生活の定着および介護度の進行防止です。資源としては、在宅では、通院・通所、訪問サービス、短期入所が、施設では介護療養型医療施設や介護老人保健施設への入院・入所があげられます。生活期リハでは寝たきり(廃用)症候群の予防が第一に重要で、高齢になると、関節の痛みなどのきっかけで動かなくなり、加齢の影響以上に心身が弱くなる悪い循環に陥ることが多いからです。

生活期リハは期間・目標を決めて行うことが重要で、「孫の結婚式に行く」、「お墓参りに行く」などその人その時期に合わせた元気になるための様々な行事に対応していくように気を配っています。



一般講演1. 訪問医師からの報告



小林 伸久
小林内科外科医院 院長

在宅医療とは外来医療、入院医療とは異なる、通院困難な患者様を対象とした医療です。寝たきりの方、回復しえない後遺症のある方、治癒困難ながんの方などが対象となります。在宅医療は、自宅、グループホーム、高齢者向け住宅など様々な場所で可能です。今後我が国は超高齢化時代に向けて、医療では「治す医療」から「支える医療」への転換、「病院依存」から「地域完結型医療」への転換が迫られ、地域社会では「住み慣れた地域で、最後まで、自分らしく暮らせる社会」への転換が課題となります。在宅医療の重要性、必要性は自ずと高まります。

在宅医療に必要な事項として、①在宅が可能な病状で、②患者本人も、③家族も在宅医療を希望し、④医師、看護師やヘルパーなどの援助が得られ、⑤緊急時の対応方針が明確であること、が挙げられます。体制としては、訪問医師や訪問看護師、薬剤師、ケアマネージャー、ホームヘルパー、理学療法士などが協力して関与します。現在は介護保険制度によりケアマネージャーの計画で、訪問看護、訪問介護、介護環境整備などが行え、家族の負担が軽減できます。



一般講演2. 「訪問看護師からの報告」



鳥居香織
さくら訪問看護ステーション 師長

病気や障害を持ちながらも、ご自分の家で過ごされている方々は、「自分らしく生きる」「オムツにはなりたくない」「食べたいものを食べたい、食べさせたい」等、それぞれの願いを持っています。

この願いを叶える準備は、すでに入院中のリハビリから始まっています。在宅を担当する私たち訪問看護は、退院前に病院と連携し、在宅で出来るリハビリのヒントを頂いて、少しでもそれぞれの「願い」の実現に近づくお手伝いをします。時には歩行バーを廊下の壁に、歩行器を炬燵やソファに替えて、安全な移動を確保します。高さが不揃いでも、馴染みの家具は、移手段の強力なアイテムになり、予想以上に長い距離を移動したりして、私たちを驚かせてくれます。せめて、立位が取れば、ポータブルトイレが使用できる。座位が取れば、スプーンも自分で持てそう。こうして、一つ一つステップアップし、自信がつくと、徐々に行動範囲が広がり、利用者様の表情も変わっていきます。リハビリは、常に生活の中にあり「自分の事は自分でしたい」という人間の本能を満たしてくれるのだと感じています。



高次脳機能障害のグループ「オルガノ」

地域生活支援センター「ゆずり葉」は、心の病を持ちながら地域で生活している方や、そのご家族の困っていることといった『生活のしづらさ』と一緒に考えていくとともに、地域で暮らす人たちのメンタル・ヘルスに関する相談・支援を行っています。ゆずり葉の語源は、新芽が出てから古葉を散らすので、代を「ゆずる葉」ということで、このセンターが地域の皆様と共に永く引き継がれていくことを願って名付けました。障害を持つ方のみを対象とするのではなく、地域住民や学校・企業などとも連携をとって、メンタルヘルスの問題に幅広く対応しています。「オルガノ」は交通事故や脳卒中などにより、言語や記憶などの機能に障害を持つ方を対象に、外出訓練、運動、ゲーム、調理、季節に応じた行事等を行っています。当院のスタッフである、古牧と鶴田も参加しており、月に2回（主に第2・4土曜日）、グループ活動、情報収集や意見交換を通して、地域とつながりを持ちながら生活を送れることを目指しています。

地域連携パスについて

地域連携パスとは、ある疾患に罹患した患者さんを中心として、地域で医療・介護に関わる人々がそれぞれの役割分担を行い、お互いに情報共有をすることにより、今後の診療の目標や注意点を明確にし、チームで患者さんを支えていくための仕組みです。怪我をしたり、発病した際には、救急医療で治療されます。その急性期の病状が落ち着いたら、回復期リハビリテーション病院にて損なわれた身体機能を取り戻すためにリハビリテーションが行われます。自宅に戻ってからは介護保険などを利用して、生活を維持していきます。この急性期から回復期、回復期から維持期への「継ぎ目」を全行程のオーバービューを把握しながら適切かつスムーズにできるようにします。

急性期の時点から患者・ご家族へ今後の診療計画を分かりやすく提示し、それぞれの医療内容や診療の違いについて理解してもらい、患者・ご家族も医療の参加者であることを分かってもらいます。当院では平成19年より「大腿骨頸部骨折パス」、平成20年より「脳卒中地域連携パス」を運用しています。

当初、県内に数種類あった「脳卒中地域連携パス」は、平成24年からひとつに統一され「県内統一パス」となりました。同じ「パス」を使う事により、運用がスムーズになり、パスの利用者数増加、さらに、急性期から回復期への待機時間の短縮化につながりました。現在「脳卒中地域連携パス」はひとりの患者さんを医療&介護でフォローしていくために必要なツールになったといえます。

ウェイクボードで気分爽快

ウェイクボードは水の上を滑走するという、日常では、絶対に体験することの出来ないスポーツです。レジャーとしてもスポーツとしても、とても面白く楽しいです。マイナースポーツなので分からない事が多いですね。Q&Aにおこたえます。

・気になる料金 ウェイクボード初心者パック・・・ ¥5,000(税込)
 料金に含まれるもの
 ・ウェイクボード1式レンタル料
 ・ウェイクボードトレーニング(スクール) 1ラウンド(15分)
 どのショップを利用してもこの位の金額です。

・泳げないです
 イフジャケット(ウェイクベスト)を着用しますので、どうやっても浮かびます。
 泳力は必要ありませんよ。それに、私もカナヅチです。

・1ラウンド15分は短くない？
 ウェイクボード15分でスノーボード2時間位行った位疲れます。
 体力的にもかなり満足感があります。
 さらに、船・ドライバー・湖・観客全てあなたの専属のかしきりです。
 他のスポーツではありえないでしょ？



・初心者で立てるか不安
 初心者パックのスクールに入って立てない人は少ないですよ。
 力の無い人が立ちやすいです。力に頼る男性の方が立ちにくい印象がありますね。
 でも、一緒に行って、一日で立てなかった方はいないので、ほとんど立てます。

・スポーツが苦手
 砂浜でハンモックを使用し昼寝したり、バーベキューしたり、ウェイク以外の時間も満喫できます。

一人で行くのは不安 ショップの事がもっと知りたい方は
 SAY レンタル部 080-5746-8142 に電話を掛け、
 問い合わせ下さい。 矢野目 昌明

医療連携課の紹介

医療連携課では、患者さん・ご家族の抱える不安・心配事のご相談に乗り、ともに考え、解決に向けて援助をさせて頂いています。その内容は、入院の相談だけでなく、疾病に関する医学的な質問、生活上および入院上の不安、経済的問題、退院後の生活など多岐にわたっています。

地域包括ケアシステムの一環として、地域の医療機関、保健福祉施設などと迅速かつスムーズな連携ができるようにしています。また「脳卒中医療連携パス」「大腿骨頸部骨折医療連携パス」の運用窓口にもなっており、「栃木県神経難病医療ネットワーク」の基幹病院として入院が必要な方の受け入れにも努めています。

直接相談室に来院されてもかまいませんが、ゆっくりお話を伺うために、お電話での予約をお願いすることがあります。

《相談室の利用時間》

平日：9:00～17:00 土・日曜日・祝日はお休みです

◆医療相談室の利用は無料です

◆相談に来られた方の秘密は必ず守られます

〒329-2921 栃木県那須塩原市塩原1333

☎0287(32)4111



石原寛子

君島スミ

君島あゆみ

半間恵美