



春深く木々の緑に心躍る平成 27 年 4 月 28 日、住宅型有料老人ホーム・ころや田口へ伺い、入所者様への車椅子上のポジショニングや日常生活指導等、身体機能や生活状況に応じたリハビリの指導を行いました。

入所者様に対して集団での軽運動やレクリエーションを取り入れて、廃用症候群^{※1}の予防に努めているのですが、徐々に日常生活の介助量が増加している入所者様がいるため、入所者様の状態に合わせた個別のリハビリ介入をしたいとのことで実地指導の御依頼を受けました。

変形性膝関節症^{※2}による痛みがあり、ベッドで横になる時間が長くなっている入所者様に対して、筋力トレーニングやマッサージをアドバイスしました。また退院直後で体力がなく、車椅子に乗っていても姿勢が崩れてしまう入所者様に対しては、姿勢を保つためのクッションや枕を使ったポジショニングのアドバイスを行いました。

リハビリ専門職との関わりで日常生活で困っていることを相談できたためか、利用者様もいつもより運動に一生懸命取り組まれていました。個々の身体状況に合わせた具体的な指導ができたため、スタッフ様も理解を深められたようです。今後も運動を続けていくと話されていました。皆さんが笑顔で意欲的に運動に取り組まれていたため、私たちも元気を頂きました。

利用者様とスタッフの方のニーズに合わせ、利用者様の生活に結びつく練習の方法を指導していくことの難しさを改めて感じました。その中でも、私たち理学・作業療法士が介入することで、機能的にも精神的にも利用者様の生活を豊かにするような、良いきっかけになればと思いました。

リハビリテーション部 理学療法士 井上詩織・松村智子

■前橋地域リハビリテーション広域支援センターは、前橋地域のリハビリテーション関連施設の要望に応え専門職の派遣を行っています。職員向けの実地指導や一般向けの講習会等、専門分野の職員が必要な際にはご相談下さい。

※1 廃用症候群：過度に安静にすることや、活動性が低下した事で生じる筋萎縮・関節拘縮等身体機能が低下した状態

※2 変形性膝関節症：膝関節の軟骨がすり減り、関節炎や変形を生じて痛みなどが起こる病気

