

# と も に

11

2021年  
夏号

特 集

市立吹田市民病院の  
充実したリハビリテーション



## 市民とともに心ある医療を

地方独立行政法人 市立吹田市民病院は「市民とともに心ある医療を」の基本理念に基づき、急性期医療や高度医療、救急医療を中心に、吹田市の中核病院として、質の高い安全な医療の提供に努めています。それらの取り組みを、広報誌「とにも」を通じて市民の皆さまにお伝えいたします。

### 理学療法士 (PT) Physical Therapist

筋力や体力など、身体活動の土台となる要素を改善させる仕事です。立つ、歩くといった基本的動作の獲得を目指します。1400㎡の広大なフロアと充実した設備のもと、患者さまの状態に合わせたリハビリを実施しています。



### 作業療法士 (OT) Occupational Therapist

食事や着替え、トイレといった身のまわりの動作の回復に関わっています。また、家事や仕事、趣味など、入院前の生活にできるだけ近づくことができるように患者さまを援助する、身体と心のリハビリです。



### 言語聴覚士 (ST) Speech-Language-Hearing Therapist

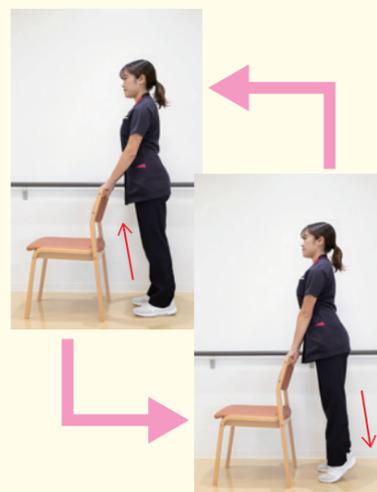
コミュニケーション手段としての言葉のやり取りを、スムーズに行えるようサポートしています。また、食事をとるための嚥下(えんげ)訓練なども行います。言語聴覚室は4つの個室があり、集中してリハビリに取り組める環境を提供しています。



## 家 で で き る 簡 単 な 運 動

#### 脚の運動①

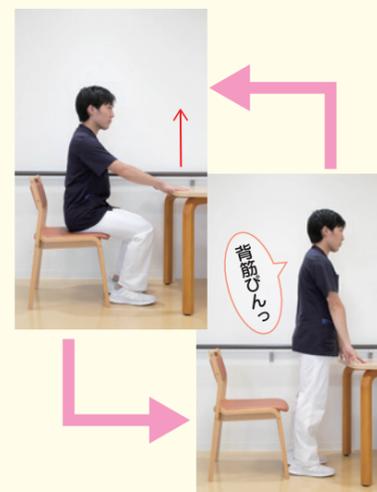
#### ふくらはぎの筋力強化



1. 椅子の背もたれに手を軽く添える
2. 脚は肩幅より少しだけ狭く
3. 爪先で立つ
4. 最大の高さまでしっかりとあげる
5. ゆっくり体を下ろしていく

#### 脚の運動②

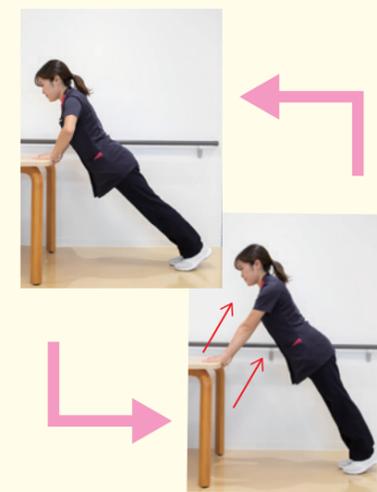
#### 太ももの筋力強化



1. 椅子に腰かける
2. 脚は肩幅程度に開く
3. ゆっくり立ち上がる
4. 背筋を伸ばす意識をする

#### 腕の運動

#### 胸・腕の筋力強化



1. 固定されたテーブルに手をつく(肩幅程度)
2. 脇は閉じ過ぎず、広げ過ぎず
3. 肩・腰・足首が一直線に
4. ゆっくり行う

#### ★ 運動を行う上での注意点 ★

- ・ 持病がある場合には必ず主治医に相談して許可を得てから行いましょう。
- ・ 体調が悪い時、痛みのある時、また、実施中に痛みを感じた場合はすぐに中止する判断も重要です。
- ・ 無理はせず、いきなり強い負荷をかけたり、やり過ぎたりしないようにしてください。
- ・ 運動中に息を止めると血圧が急上昇しますので、血圧の高い方は運動の時、息を吐きながら行いましょう。
- ・ それぞれの運動は10回×3セットが目安です。無理をせず行ってください。

# 当院が目指す リハビリテーション

安心感を与えるまなざし

多職種でのカンファレンス風景

青空の下でのびのびと運動

笑顔で筋力トレーニング

## リハビリ体制の充実

土日祝日、年末年始も休むことなく365日体制のリハビリを提供。患者さまそれぞれの目標達成に合わせた練習の場を設けています。

## 環境の充実

緑の美しい約400㎡の屋外リハガーデンを含めて、約1400㎡の広大な空間。回復期リハ病棟と同フロアにあり、移動がスムーズです。

## 連携の充実

当院として、国立循環器病研究センターと医療連携を図る上で、リハビリにより患者さまの社会復帰に注力しており、多くの脳血管症例を経験することでスキルアップを図っています。

## リハビリテーションを支える5つの柱

## 設備の充実

吊り下げ式の体重免荷装置をはじめ、歩行練習する際の装具が約30種類。平衡機能を測定する重心動揺計や身体の成分を測定する装置も完備しています。

## スタッフの充実

リハビリテーション科所属の2名の医師と、PT20名、OT13名、ST5名の合計38名の療法士が在籍。専門性を高めるために日々自己研鑽に努めています。

## 患者さまに寄り添うスタッフとして

吹田市民病院の健都移転に伴い、病院の4階部分に広く明るいリハビリテーション室が設置されました。同じ階には回復期リハビリテーション病棟が新設され、けがや病気の後に低下した機能回復を図る急性期リハビリテーションに加え、急性期病棟での治療がある程度落ち着いた段階から集中して行う回復期リハビリテーションも行っています。リハビリテーション科スタッフの平均年齢は28.8歳。若手から経験豊富なベテランまでバランスよく在籍し、活気にあふれたフロアになっています。施設が新しくなり、新しい機器も導入されましたが、患者さまが本当に求めているのはご自身を担当する療法士の質だと考えます。そのため、学会発表や資格取得(認定理学療法士、呼吸認定療法士などの有資格者が在籍)など、技術・知識の向上に積極的に取り組んでいます。

## 患者さまひとりひとりに適切な対応を

ひとつ言えることは「リハビリとはサイエンスである」ということです。リハビリは魔法やおまじないのように何でも叶えられるわけではありません。しかし、よくなる可能性のある患者さまはよくしてあげなければなりませんし、確実にゴール地点に到達させてあげなければならないのです。そういったことを見極める科学者としての視点が必要なのです。よくなる見込みがないのにリハビリを続けることは患者さまにとって負担になってしまいます。在宅復帰なのか、それ以外のことなのか、患者さまにとっての「本当のゴール」を見つけ、必要なリハビリを実施していくこと。それを強く心掛けています。「患者さまにとってのQOL (Quality of Life)<sup>※</sup>とは何か？」を常に意識しながら仕事に取り組んでいます。

江頭 誠(部長・医師)

日常生活の動作練習

吊り上げ式体重免荷装置による歩行練習

加納 一則(参事・理学療法士)

※生活の質、一般的にいきがい 等