



発行・編集

No.167

医療法人社団和楽仁 芳珠記念病院

ほうじゅ連携室

石川県能美市緑が丘11-71

☎(0761) 51-5551(代表)



ほうじゅ

検索

2020年 8.9月号の特集ページ 「ほうじゅのリハビリテーション」



Top NEWS!

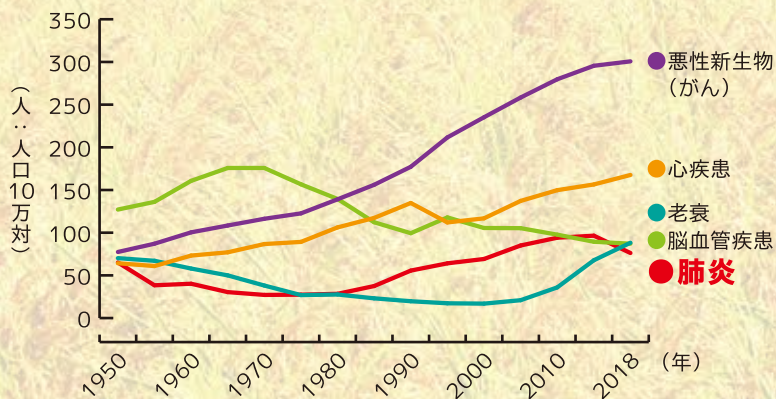
肺炎予防していますか？

— 今シーズンは特に 早めのワクチン接種をおすすめします —

肺炎は、命にかかわる身近で怖い病気です。これからインフルエンザなどの感染症流行シーズンに入ると、その感染症をきっかけに体力や免疫力が低下し、肺炎を発症するリスクが高くなります。他人事と思わず、早めにインフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンを接種して、肺炎を予防しましょう。

●肺炎は日本人の死因 第5位

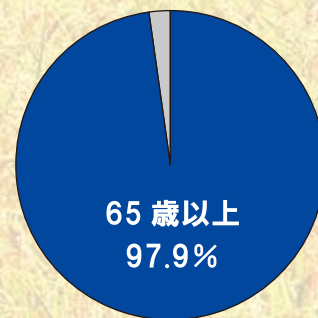
【主な死因別にみた死亡率の年次推移】



●肺炎で亡くなった方の約98%が

65歳以上

【肺炎死亡者数の年齢別割合】



*厚生労働省 平成30年人口動態統計月報年計の概況より作成

65歳以上の方は、「肺炎球菌ワクチン」も接種しましょう

肺炎球菌は、肺炎の原因菌として最も多い細菌です。適切なワクチン接種により、感染リスクを大きく減らすことができるため、早めの予防接種が重要です。

- ✓ インフルエンザワクチンと合わせて接種することで、肺炎リスクを低減
- ✓ 肺炎球菌ワクチンは5年で効力が低下するため、定期的な接種が必要
- ✓ 効果の異なる2種類の肺炎球菌ワクチンを組み合わせれば、さらに効果UP



65歳以上の方は、
早めに接種しましょう！

インフルエンザ ワクチンについて

- 実施期間は 10/1 から 12/25 まで (完全予約制)
- 詳細は当院ホームページをご覧ください →



芳珠記念病院 HP
インフルエンザ関連情報

肺炎球菌ワクチン について

- 当院 1階「総合案内」にて、肺炎球菌ワクチンのパンフレットをお渡しします
- 接種希望やご相談は、受診の際に「各科外来」へお申し出ください

“おうちで暮らす”をサポートします

ほうじゅのリハビリテーション

みなさんは、いつまでも住み慣れた“おうち”で暮らしたいと思いませんか？

今回は、安心して“おうち”で暮らすために私たちが取り組んでいる「ほうじゅのリハビリテーション」についてご紹介します。

リハビリテーション室 室長 西田 好克



リハビリテーションとは

リハビリテーション（以下、リハビリ）とは、病気やケガによって生じた障害に対して、専門職が指導や訓練を行うことで心身の機能を回復し、元の生活に戻れるようにすること。また、機能の完全な回復が難しい場合でも、その人が抱える課題を解決し、その人らしい生活ができるよう支援することです。

職種の紹介

当院には、常勤のリハビリ専門医と県内でも有数の50名を超えるリハビリのスペシャリスト（リハビリ療法士）が在籍しています。3つの専門分野で患者さんの早期退院、在宅療養生活をサポートします。

理学療法士
Physical Therapist

運動機能の専門家

起き上がる、立ち上がる、歩くなど日常生活を送る上で基本となる動作の維持・改善を支援します。

作業療法士
Occupational Therapist

日常生活動作の専門家

食事や入浴、排泄、趣味など日常生活におけるあらゆる活動を心と身体の両面から支援します。

言語聴覚士
Speech-Language-Hearing Therapist

話す・聴く・食べるの専門家

言語によるコミュニケーションや口から食べる機能を評価・訓練し、生活の質向上を支援します。

入院から退院後の生活までフルサポート

入院をきっかけに心身機能を維持・向上させるため、リハビリ療法士が入院早期から退院まで積極的にかかわります。また、退院後の在宅療養についても、多職種と協働で支援を行っています。



支援対象者のイメージ【例】

- ・70歳代男性
- ・脳血管疾患により当院へ救急搬送された。保存的治療のため2週間の入院が必要になり、リハビリをしながら在宅復帰を目指す。

入院

多職種での情報・課題の共有

入院早期に多職種（医師・看護師・薬剤師・リハビリ療法士・医療ソーシャルワーカーなど）によるカンファレンスを行い、患者さんの情報や退院に向けての課題について話し合います。このような場を退院までに複数回設けることで、早期の退院、在宅復帰へとつなげていきます。



疾患や病状に合わせたリハビリ

まずは入院してから早いタイミングでリハビリを始めることで、寝たきりや肺炎などの合併症を防止します。初めはベッドで出来ることから行い、徐々に立位や歩行練習、疾患別のリハビリなど、病状に合わせて必要なリハビリを行っています。



365日切れ目ないリハビリを提供し、患者さんを全力でサポートします。

ほうじゅのこだわり！

多職種協働

中心に据えるのは解決すべき問題。多職種が患者さんやそのご家族と一緒に問題の解決に取り組みます。

ほうじゅのこだわり！

栄養状態の管理

高齢者では、低栄養状態や加齢による筋力の低下、身体能力の低下などが多く見られます。そのままリハビリを行うと症状を悪化させてしまうことがあり、管理栄養士による栄養状態のサポートがとても重要です。

日常生活を見据えたリハビリ

リハビリテーションセンター内には、一般家庭と同じお風呂や台所、座敷などがあり、日常生活に即したリハビリが可能です。地域包括ケア病棟（4F・B1F）では、作業療法士が常駐し、日常生活行為（食事やトイレ、着替え、歯磨きなど）の練習を必要な時にその場で行っていきます。また、在宅復帰には欠かせない口から食べることについても、言語聴覚士による訓練を行い、退院後の自立した生活につなげています。



自宅訪問による家屋評価

担当のリハビリ療法士が医療ソーシャルワーカーなどと共に、患者さんの自宅を訪問し、在宅復帰にあたって問題がないかを実際の住環境に照らし合わせて確認します。



地域の多職種とも連携した退院支援

退院にあたっては院内多職種に加え、地域内のケアマネジャー、施設職員などとも連携しています。リハビリ療法士の専門的知見に基づいた情報を提供することで、安心して在宅療養が出来るよう支援します。

感染症対策について

マスクの着用やアルコール消毒、換気を行うなど対策を徹底。また、病棟の空いたスペースにリハビリセンター分室を作り、リハビリができる場所を増やすことで、患者さん同士の距離が保てるよう工夫しています。

退院

在宅療養生活のサポート

退院後も運動機能を保ち、さらなる自立を目指すためにはリハビリが必要です。当院では外来での通所リハビリや、関連施設と連携した訪問リハビリを利用することができるため安心です。また、お住まいの地域にある施設などを紹介することも可能です。

外来・通所リハビリ

利用者さんが、自宅から通院してリハビリを行います。医療機関ならではの設備が使用でき、専門職による充実したリハビリが可能です。



訪問リハビリ

当院のリハビリ療法士が、利用者さんの自宅を訪問します。自宅でリハビリを行うため、実際の生活場面に合わせた能力向上が見込めます。



当院は、患者さんが自立した生活を取り戻し、地域での社会参加などにより、心身ともに健康な状態で“おうち”で暮らせるよう支援を続けていきます。

やっぱり自分のうちで暮らせるのがいいわ〜

リハビリテーション科専門医からひとこと

超高齢社会において、リハビリが果たす役割は年々重要性を増しています。いかにして住み慣れた地域での生活を支えていくかが問われており、当院でも、おうちで暮らすための摂食嚥下に関する取り組みなどを検討中です。患者さんの「こんなことがしたい」という希望を叶え、充実した生活が送れるよう、今後も患者さんとそのご家族をサポートしていきます。

リハビリテーション科 部長 上田 佳史

うへだ よしふみ

・日本脳神経外科学会 脳神経外科専門医
・日本リハビリテーション医学会 リハビリテーション科専門医

生活不活発病にご用心 ...

最近、自宅にこもりがちになっていませんか？ 国立長寿医療研究センターの調査によると、高齢者の身体活動時間が、新型コロナウイルス感染症拡大前と比べて3割も減少したといわれています。身体を動かさないことが続くと、そのまま動けない状態「生活不活発病（廃用症候群）」になってしまう恐れがあります。自宅にいても適度な運動で、心身ともに健康な毎日を送りましょう。

生活不活発病の主な症状

身体的機能の低下

- ・筋力が低下する
- ・ふらつきやすくなる
- ・骨が弱くなる など

精神的機能の低下

- ・意欲が低下する
- ・認知症が現れる など

やってみよう!

転倒予防のステップ体操

いすに座ってできる体操で、股関節周囲の筋力を強化。転倒を予防し、歩く力を高めます。

一度にやりすぎず、毎日続けるのがポイントです。

⚠️ 注意事項

- 運動するときは、転倒しないように気を付けてください
- 股関節などに痛みを感じる場合は、無理にしないでください
- 体操の前には、水分補給をしましょう

*石川県理学療法士会 生活不活発パンフレットを参考に作成

スタート

右へ

1

2

両ひじを直角に曲げて、胸の前で保ちます。このとき、両足は地面につけます。

左へ

4

3

同様にひじの高さは保ったまま、左に身体をひねり、左ひじと右ひじを近づけます。

繰り返し

ほうじゅグループ

医療法人社団 和楽仁

- 芳珠記念病院
- 介護医療院 陽だまり
- 居宅介護支援事業所
- ほうじゅ訪問看護・リハステーション緑が丘
- グループホーム陽らら

社会福祉法人 陽翠水

- 介護老人保健施設 陽翠の里
- 共生型福祉施設 ジーヒルズ
- 訪問介護 ビジットケアひすい
- 通所介護 デイサービス帯
- 地域包括支援センター 能美市辰口あんしん相談センター
- 企業主導型保育・病児保育 キッズベースみどりがおか
- 学童保育 ひすい放課後児童クラブ ヒルズクラブ
- 児童発達支援・放課後等デイサービス ネクストステップ
- 給食・配食サービス ひるすきっちゃん緑が丘
- カフェ ちゃうすカフェ
- 小規模多機能型居宅介護 コミニケア緑が丘

信和商事株式会社

- 福祉用具貸与 ライフケア芳珠

ほうじゅグループのモットー「和楽仁」

仲よく楽しく
人と社会を健康に

芳珠記念病院の基本方針

1. 地域医療を担う病院として、当院に関わる皆様の生涯の健康を支えます。
2. 心のふれあいを大切にし、安心できるパートナーシップを築きます。
3. 利用される皆様の権利を尊重し、十分な説明と同意のもとに、参画できる医療を提供します。
4. 救命救急から慢性疾患まで、最新の科学的根拠に基づく、安全で的確なチーム医療を、多職種協働で提供します。
5. 地域との交流を大切に、社会保障の向上と経済の振興に取り組みます。

編集後記

昨年の今頃はイベント目白押しで、ヤッ芳に載せるため色々なところへ写真を撮りに回っていました。今年は、恒例の能美市民ボランティアフェスティバルや辰口まつりなど、人が集まるイベントは軒並み中止に…。なんと寂しい限りです。

ただ嘆いているだけでは前には進めません。仕事も遊びも、これまでとは違った新しい形で取り組むためのチャンスと捉え、悩みながらも前を向いて歩んでいきたいですね。

芳珠記念病院
ヤッ芳 No.167
発行：2020.10.1