

## リハビリテーション (Rehabilitation) とは

Re(再び)habilis(適した)ation(にすること)で、「再び適した状態にすること」を意味しています。

思いがけない病気や外傷、あるいは老化現象などさまざまな原因によって生じた心身の障害や、それに伴う日常生活での不便が生じたときに、自立した元通りの生活、または以前の生活に近い状態に戻していくことです。

当院では、リハビリテーション部門として理学療法、作業療法、言語聴覚療法があります。今回は理学療法について紹介します。



理学療法  
(Physical therapy: PT)  
って??

障害により「起き上がる」「立つ」「歩く」など、日常生活における動作が困難になった方に対し、身体機能の回復、動作能力の向上を図ることを目的とします。身体機能や動作能力の評価を行い、個々の症状に合わせたプログラムを実施(運動療法、物理療法、基本的動作訓練)、必要な方には杖や装具などの補助具の選定、また補助具を使用している動作訓練も実施しています。

主として、脳血管障害・脳外傷・脳腫瘍、整形疾患、難病、小児疾患、廃用症候群などが対象疾患となっています。



具体的にはどんなことをしているの??

### 運動療法



関節可動域運動  
関節の動き、柔軟性の改善を図ります。



筋力増強運動  
徒手だけではなく、機器なども用いて筋力増強を図ります。

### 物理療法



マイクロ波療法  
温めることで痛みの軽減、筋の張りの改善を図ります。



電気刺激療法  
電気刺激を用いて、筋力増強や痛みの軽減などを行う。

### 基本的動作訓練



寝返り・起き上がり・座位保持・立ち上がり・歩行など、日常生活の中で基本となる動作の訓練を実施し、動作能力の改善を図ります。  
また、必要に応じて階段昇降の訓練や装具や補助具の選定を行います。

## 退院に向けて



退院前には実際にご自宅へ伺い、住宅改修や環境設定のアドバイス、環境に合わせた動作の提案をさせていただきます。  
退院時には快適な日常生活が出来るよう自宅での運動や注意点のアドバイスをさせていただきます。  
退院後には通所リハビリ・短時間リハビリ・訪問リハビリでフォローアップさせていただきます。

### 住宅改修の一例

