

つばさ訪問リハ通信

H29. 6
Vol. 5

つばさクリニック・つばさ訪問リハビリテーション事業所

事業所番号：1110208827

〒332-0035 埼玉県川口市西青木5丁目11-19メゾン西青木101

TEL：048-299-7886 FAX：048-299-7887

はじめに

- 1 はじめに
- 2 トピック！
- 3 PT 介入の一例

入梅の候、皆様におかれましては益々ご清栄のこととお喜び申し上げます。いつも一方ならぬお力添えにあずかり、誠にありがとうございます。このたび当事業所の広報(Vol.5)を作成させていただきました。みなさまでご一読していただければ幸いです。ご不明な点等ございましたらご連絡ください。

NEWS！

「入院中は問題なく歩いていたのに自宅に戻ってきたらずっとベッドで寝ていて動こうとしない。」など戸惑っていることはないでしょうか。

退院直後から訪問リハビリをおこなったことで、 ADL 低下と介護負担の増大を回避！

入院中の病院でのリハビリ時と自宅（周辺）での歩行では、環境の変化が大きく、精神的・運動機能的な問題が原因となり歩行が困難となってしまうケースが多く見受けられます。

このことは以前より問題になっておりました。そこで対応策として退院前に理学療法士が自宅を訪問しその様子を観察し、入院中のリハビリにて自宅の環境を考慮した内容を練習し、住宅改修などを提案してきました。

しかし、これだけでは十分でないことが多く、入院中に期待していた程の練習の成果を出すことができないのが実情です。

やはり、この問題を解消するには自宅で実際に訓練を実施することに勝るものはありません！



“ 自宅でリハビリを行うことで

より実践に則した練習がおこなえ

精神的に落ち着いた環境での練習や

生活上で実際に必要な家屋改修などがしやすい “

などの利点があります。

3カ月を目途に自宅でのリハビリを集中的におこなうことで介護量も減少し家族の負担も軽減できるとの報告もあります。
是非、入院中にリハビリを行っていた方は訪問リハビリをお試しく下さい。

アルツハイマー型認知症の方への訪問リハビリ

～小さなことからコツコツと～

症例：70代 女性

診断名：アルツハイマー型認知症

介護度：介護1

ご主人と2人暮らし 日中臥床傾向の強い方

サービスに至る経緯

H28.10、アルツハイマー型認知症の診断。認知症に対し投薬治療開始。

日中の臥床時間の改善と足腰の筋力向上を目的として同年12月末から訪問リハビリ開始。

介入時の状態(H28.12.22から介入開始)

屋内移動は見守りにて可能。不安が強く、1日に数十回トイレに行くことあり。

夫の介護負担が大きく、睡眠不足やストレスが溜まっていた。



主訴：膝が震えて歩くのが怖い。すぐに疲れるから動きたくない。

ご本人の希望：前の様に歩けるようになりたい。孫や息子に会いたい。

ご家族の希望：少しずつでもいいから、自分で出来ることを増やしてほしい。

リハビリの方針

①やりたいことの確認（困っていることや出来ないことなどは出来るだけ聞かない）

②すぐに改善するようなことから介入。自己達成感を与え、更なる意欲の向上を図る。

介入時の様子とリハビリ内容

①起き上がるのが面倒…

もともと勢いでどうにか起きていたとことで疲れてしまい離床意欲が減退

→簡単な起き上がり方を指導→出来ることが増えるかも？といった前向きな気持ちになった。

②お茶も出せないでごめんね…

他者へとても気を遣うが、出来ないことが悲しいとの訴えがあり。

→ポットや食器の位置の変更や一緒に動作を練習することで可能となった。

③歩くのがふらふらして怖い…よくなるかしら？

→買い物に行くスーパーまでの道のりを把握し、どこに凸凹や坂があるか、トイレはあるか、交通量はどうかなど何度も確認し練習し自信付けをおこなった。

④夫の負担にならない様に動けるようになりたい！（階段の昇り降りでの介助）

→いろいろな階段の昇り降りを経験して頂き、恐怖心や不安感を取り除いた。

現在の状況

・ひとりで階段の昇り降りが可能。これにより夫の階段での介護負担が解消。

・トイレの不安が軽減され、今では30分程度歩けるようになった。

→現在では夫との散歩が日課に!!



まとめ

・実際に家の環境下での問題を明確にすることが出来、速やかに適切な動き方や環境調整をすることが出来た。

・出来ることを少しずつ増やしていくことで本人にとっての自信付けが出来た。

・本人の悩みを解消するとともにご家族の介護負担やストレスを軽減することが出来た。

・他者からみたら些細な悩みも本人には大きな問題な事が多く、出来た事を褒めることが重要！

・不安感の解消や運動習慣の確立などで認知症への対策が出来、悪化の予防につながられている。