



は 初・N・E・T

初台リハビリテーション病院

URL <http://www.hatsudai-reha.or.jp>

2005
秋季号

編集・発行／医療法人 輝生会 初台リハビリテーション病院 〒151-0071 東京都渋谷区本町3-53-3 TEL.03-5365-8500

平成17年11月24日（通巻第8号）

当院の特色 理学療法部門

今回は理学療法部門のことについて少し紹介させて頂きたいと思います。理学療法はPhysical Therapyそれを行なう人をPhysical Therapist、その頭文字をとってPT（ピーティ）と呼んでいます。

理学療法は「水・光線・電気・温熱・マッサージなどの物理的手段を補助的に用いて、患者さんの身体を自動的・他動的に運動することにより、機能の維持・改善を図る医学的手段」と古くは定義されていますが、当院では「機能」にこだわらずにより活動・参加していただけることを課題として柔軟なサービスが提供できるように心がけております。

さまざまな手技・手法をとりますが、治療体操（力をつける、柔軟性をつける、麻痺の改善を促す、バランスをとる、持久力をつけるなど）をして基礎的な体力をつけること。あらゆる想定での動作の練習（寝返る、うつ伏せになる、起き上がる、立つ、這う、床から立つなど）をすること。他に車椅子のシーティング（良い姿勢をとり動きやすくすること）や補装具（杖や歩行器、装具など）の適合を考えたり試しに使用したり、実際に使う練習をしたりなどさまざまなことを致します。中でも重きを置いているのは移動です。図に示したように移動ができれば、生活はベッドまわりから社会参加へと広がりを持ちます。まずはベッドから抜け出し、生活の中で動く事。そこへの関わりを重要視しています。少し乱暴な言い方になってしまいますが、元気になるために少しでも多くの運動をし、体力をつけていただく。その体力で活性化し



た生活を送っていただき、そこからさらに元気になっていただくことが重要と考えています。

当部門に在籍するPTは総勢72名です。臨床経験もベテランからルーキーまで様々ですが、個性も様々で、やたらと食う超健康優良児から、仕事大好きで休みは研修と文献三昧なのから、小ちゃくても力持ち腕相撲チャンピオンの女子から、髭の濃いものからなどなどです。写真のごとくスタッフは若いのですが、ご安心ください。誠心誠意、一丸となって皆様をサポートいたします。

皆様と一緒に汗をかき、「ヤッタ！」という素敵な体験ができればと思います皆様のお手伝いをさせていただいております。とは言っても疑問に思ったまま、不安を抱えたまま、気分がのらないままでは運動などなかなかする気になりませんよね。何でも聞いて何でも言ってください！！我々理学療法士を宜しくお願い申し上げます。



教育管理課 理学療法部門マネージャー 島村 耕介



秋季号
ラインナップ!!

2P 設備について
薬剤科メールvol.6

3P 医療法人社団輝生会の基本理念
ソーシャルワーカー発 ～介護職はどうなっていくのでしょうか～

4P "好評連載!" 部署紹介 vol.6
フットサル部
きになる本 vol.7
あとがき



義歯について



◆義歯の手入れ

1年に1度か2度は必ず定期検診を受けて下さい。毎食後、必ず義歯を取り外して歯ブラシ（できれば義歯用のブラシ）で洗いましょう。歯磨き剤はつけません。自分の口も毎食後歯磨きします。義歯を清潔に保つために、夜寝る前には義歯を洗って、水中あるいは洗浄液中に保管します。

◆義歯を外した後の口腔ケア

全く歯がない場合は、義歯を外して口をゆすぐ程度でも口の中の食べもののカスは除けます。柔らかい歯ブラシで歯茎を軽くマッサージすると、清掃という意味でも、血行を良くするという意味

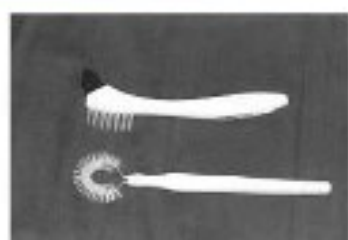


図1 義歯用ブラシ

でも効果的です。自分の歯が残っている方では、義歯と残っている歯の両方に注意を払う必要があります。義歯には食物の残渣がつきやすいので、出来るだけ専用の義歯用ブラシを使って、歯磨剤をつけずに軽く清掃します。残っている自分の歯は、特に入念に歯ブラシでブラッシングをします。

◆夜間は外したほうが良い？

原則的に、夜間の就眠時は外したほうが良いです。義歯を使って食事をすると、義歯の下歯茎は噛む力を受けるので圧迫されます。義歯を外すと咬み合わせが不安定になってしまう方は、夜間も装着したままにしておける場合があります。

「義歯」は「食べること」「話すこと」において非常に重要な役割を果たしています。自分に合った義歯を装着しないと、食べ物を咀嚼したり、はっきりと話すことが出来なくなります。そこで、今回は義歯についてご紹介します。

その場合でも、少なくとも数時間程度は義歯を外して、歯茎を安静にします。義歯を入れたままだと粘膜と義歯とが常時接触しているので、口の中の細菌や真菌類の刺激で粘膜が赤くなったり、口内炎になる事があります。夜間に義歯を外すか否かは、歯科医とよく相談する事が大切です。



図2 義歯洗浄液

◆義歯を入れたくない場合にはどうすれば良い？

歯の欠損があると、残っている歯全体のバランスが崩れ、口の中や顎等に様々な病気を引き起こす原因となります。将来的に総入れ歯になる可能性も少なくありません。もし義歯を入れないまましていると、噛む必要のない食生活になることが考えられます。噛むという行為は筋肉や舌等を意識的にあるいは反射的に反応させ、脳や身体の高齢を防ぐ一因になるともいわれています。

以上、義歯についてご紹介しました。自分に合った義歯を付け、正しいケアを行ないながら、末永く義歯とお付き合いできるといいですね。

言語聴覚士 鶴田 真里

引用URL・参考文献

<http://www.aichi-gakuin.ac.jp/oralcare/index.html>
「口は何のためにあるか」山田宗睦 編、風人社、東京、1994。
「咀嚼運動の生理学」中村富男、医歯薬出版株式会社、東京、1998。



坐薬について

坐薬は、肛門や直腸から薬を吸収させ炎症、嘔吐、痛み、熱発などを抑えるために使われて、体温で溶けて効果を発揮します。便秘や痔の坐薬のように局所で作用するもの、解熱鎮痛剤の

ように全身に作用するものがあります。飲み薬と同じ成分の坐薬を使用すると、飲み薬と同じような副作用が現われることがあります。

薬剤師 榎竹 由佳

今号より医療法人社団輝生会の基本理念を紹介していきます。
当院では基本理念を以下の5つ、定めています。

1. 人間の尊厳の保持
2. 主体性・自己決定権の尊重
3. 地域リハビリテーションの実現
4. ノーマライゼーションの実現
5. 情報の開示

まず、(1) 人間の尊厳の保持について紹介します。
「一人ひとりの尊厳が認められ、個人が個人として生き生きと輝いていけるように、人権を尊重します。」

人間の尊厳とは何でしょうか。それはその人の人となりが受け入れられ、敬われ、その人の価値観が尊重されことではないでしょうか。言葉で言うことは簡単です。その人が、自分を能弁に表現できれば、その方の尊厳を保つことは比較的容易かもしれません。しかし、当院に入院なさっている多くの患者さまは、今まで持っていた様々な能力の少なからずのものを失い、自らを表現する能力や、表現しようとする気力を失っている場合も多くあります。私たちはその方々の表現できない想いを、人となりを、その価値観を慮らなければなりません。

昨日まで社会の第一線で多くの人々から尊敬を集めていた人が、突然の脳梗塞に倒れ、右側の体の自由を奪われ、言葉を失われました。私たちの目の前にいる方は、ベッドから起き上がることもに自分ではできません。その無念さを彼・彼女はうまく表現することができません。その方の日常のお世話をすると、私たちはその方の価値観に、自尊心に、本来の自分であろうとする気持ちにこそ配慮



りができているでしょうか。その方のこれまでの人生を、その人となりを敬う気持ちがこめられているでしょうか。私たちは日々、こういう問いかけを自らにしながら、お世話をさせていただいております。まだまだ十分ではありませんが、当院の最も基本になる理念ですので、これからも日々努力を続けてまいります。

どんな障害をもちうが、人としてのあり方やそれまでの人生の重みにはなんの遺りもありません。私たちは、私たちの前にいるすべての人々の心と生活に、心からの敬いを持ち続けることを誓います。

初台リハビリテーション病院では1) 基本的ケアの充実、2) 抑鬱の禁止、3) プライバシーの確保、4) 健康の三要素(運動・栄養・休養)の充実、5) 従来の病院にある保守的体制からの脱皮(医療側の論理ではなく、患者側の論理優先)を徹底することを、尊厳の保持の第一歩と考えています。

基本的ケアでは、食事は食堂で、排泄は可能な限りトイレで、洗面は洗面所で、清潔の保持は清拭ではなく入浴でと、障害を持った方も、そうでない方と同じような生活を送っていただくことにしています。

院長 木下 牧子

ソーシャルワーカー発

介護保険はどうなっていくのでしょうか…

本年6月22日、介護保険の改正法が国会で成立しました。介護保険法施行以来、初の大規模な改正です。

改正のポイントは2つあります。

ひとつは、軽度の要介護者を対象に、筋力トレーニングなど新たな介護予防サービスを導入する。もうひとつは、施設利用者の「食費」「居住費」の全額自己負担化です。

①新たに「介護予防サービス」導入

65歳以上の介護認定の区分が変わります。

これまでは要支援、要介護1～5という6段階でした。改正後は、要介護1が要支援2と要介護1に区別され、従来の要支援は要支援1となり、全部で7段階になります。そして、要支援1、要支援2は介護予防の対象になります。

現在、要介護1の人は、要支援2または要介護1に振り分けられます。

例えば、ヘルパーと一緒に買い物に行ったり、料理をしたり、要支援者の自立を回復するためのサービスです。

また、デイサービスなど通所サービスで体操をしたり、筋力トレーニングを受けて、要介護にならないように努力することも

介護予防サービスの1つです。

介護予防サービスは、2006年4月から準備の整った市区町村から順次スタートし、2008年度には全国で利用できるようにする計画です。

②「施設利用者の食費・居住費の自己負担化」スタート

特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、いわゆる介護3施設の入所者から食費、部屋代、水道代、光熱費などを本年10月より徴収することになります。

短期間だけ入所するショートステイも含まれます。さらに、デイサービス、通所リハビリテーションなどの通所サービスでも、食事代を保険の対象からはずして全額自己負担とします。

改正介護保険の概要は以上の通りです。

介護保険施設を利用される方の自己負担が大きくなりますので、詳しい内容につきましては入院病棟または外来の担当ソーシャルワーカーにお声かけいただくか、積極的に各施設などにお問い合わせください。

ソーシャルワーカー 井上 ゆかり

フットサル部

今号はフットサル部の紹介をさせて頂きます。皆さんの中にはフットサル？と首をかしげる人も多いかと思いますが、フットサルとはサッカーの縮小版だと思って下さい。コートはバスケットボールのコート程度、人数は5人でボールも小さめで、攻守交替が激しいスポーツです。部員は15～20名で女性も数名一緒に入って楽しんでいます。初心者も半数程度なので、特別ルール等を作って誰でも楽しめるように工夫しています。現在は1～2ヶ月に一回程度の頻度で活動しています。どの部活動もそうですが、メンバーの職場とは違う一面が見え、とても新鮮な感じがします。また、いろいろな部署から参加しているので、どんどん

友達が増えていきます。皆で汗を流しながら一つのボールを追いかけていると、「チームっていいな！」って思います。ラグビーみたいに汗臭くはないですが、フットサルを通じて皆で一緒に

楽しい時間を過ごし、終わった後はおいしいご飯を皆で食べ、コミュニケーションを深めています。今後は試合の話がでているので、何度も試合を経験し皆でフットサルの楽しさをより深めていければと思っています。「汗を流すっていいな」と思えるような、気軽な集まりとして更に輪を広げていきたいと考えています。

理学療法士 多田 克史



各部署紹介

第6回＜サポート部＞

サポート部は、患者さまサポートチーム（CSチーム）とスタッフサポートチーム（SSチーム）で構成されています。

CSチームでは受付・ご案内・会計・電話対応などの業務を担当しています。病院の窓口代表としていつもひまわりのような元気で明るい対応を心がけています。

SSチームは、総務・人事・経理・環境整備などの業務を担当しています。病院の緑の下の方たちとして患者さまはもちろん病院スタッフにも気持ちのよい環境作りを心がけています。

事務全般の業務を通して患者さまが気持ちよく病院を利用していただけるようこれからも毎日努力していきます。

サポート部 CSチーム 伊藤 幸・折原 理沙



おつど きになる本

Vol.7 ▶ 東京へ この国へ リハの風を

今回は、「東京へ この国へ リハの風を」を紹介します。

本書は当院の理事長である石川誠が、なぜこの初台の地にこの様な形でリハビリテーション病院を作るに至ったが克明に記されています。また、一人の患者さんの入院から退院までの経過を追うことで、私たちがどの様にチームアプローチを行っているかの具体例が示されています。

長期間の丁寧な取材によって、日頃一緒に働いているスタッフの生の意見がたくさん記されており、普段の姿からは想像できない姿を垣間見ることができました。表紙の帯には「ケアする人 ケアされる人 そしてリハスタッフの未来のために」

と書かれています。私たちの病院が最高のリハビリテーションサービスを提供するだけでなく、これからの日本のリハビリテーションのあり方を提言する役割を担っていることを改めて感じ、身の引き締まる思いがしました。1階売店で販売中ですので、是非ご一読下さい。

そして、より良い病院に進化するために皆様のご意見をお寄せいただきます様お願い申し上げます。

診療部 医師 龍澤 泰樹



あ ど が き

今回の情報誌いかがだったでしょうか。今年も残すところ、あと1ヶ月となりました。徐々に寒さも厳しくなっています。防寒対策をして風邪を防いでいきましょう。

次号の新年号も楽しみにしてください。

看護部 木村 智子

