

病院長より新年のごあいさつ

新年明けましておめでとうございます。

昨年はオバマ新大統領の誕生、日本では民主党による政権交代と大きな変化がありました。何かが変わるという予感がありますが、医療や福祉が向かう方向はいまだはっきりしません。さまざまな問題があることは共通の認識にはなっていますが、解決法が見つからないのが現状ではないでしょうか。それでも、医療の現場を担う私たちは、手を拱いているわけにはいきません。どんな困難があろうとも、与えられた環境の中でベストを尽くす、そして少しでもよい環境を作り出すように発信を続けてゆく。これが私たち初台リハビリテーション病院の基本的考え方です。今私たちに与えられた力を精いっぱい発揮し、皆さんと共に、

できるだけ前に進んでいこうと思っています。

2010年は寅年。寅年の人は「果敢によく決断し、よく艱難にたえ、進取の気性に富み、思慮分別があり、競争心が強い」そうです。当院も、この寅年の素晴らしい性格を見習って、皆さんに少しでも質の高いリハ医療サービスを提供できるように頑張りたいと思っています。

本年もどうかよろしくお願いいたします。

初台リハビリテーション病院

病院長 木下 牧子



新年明けましておめでとうございます。船橋市立リハビリテーション病院より新年のご挨拶申し上げます。

当院は平成20年4月に開院しましたので、早いもので今年の4月で3年目を迎えることになります。開院以来、診療報酬や介護報酬改定の影響に翻弄され、医師や看護師など人材確保の難しさに疲弊する日々の連続でしたが、皆様のご支援により、平成21年11月の時点で入院部門では全6病棟中4病棟136床をオープン、外来部門は1ヵ月当たりの延べ患者数が1000人を超え、訪問部門では1ヵ月の訪問件数が450件以上となりました。また平成21年2月8日には病院において市民公開講座を開催、また10月10日に行なわれた第1回船橋市地域リハビリテーション研究大会においては準備委員会の立ち上げから企画や運営に全面的に協力しており、船橋市及び周辺地域におけるリハビリテーション中核施設としての活動を徐々に開始しています。その間、通常の診療業務以外の年中行事として、8月の夏祭りと12

月のもちつき大会は毎年実施してまいりましたが、患者さま、ご家族だけでなく、近隣住民の皆さんにもたくさん参加していただけるようになり、地域における当院の知名度も徐々に上がってきたものと考えております。

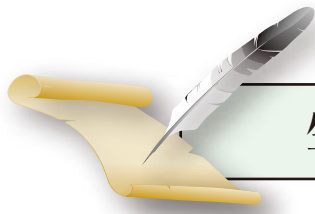
今年は、6病棟全てをオープンして入院部門はフル稼働体制とすること、外来・訪問部門も一層の充実を図り、より多くの患者さまに利用していただける体制を整えること、また当院退院後の全患者さまのフォローアップシステムを確立して維持期支援体制を整備すること、などを目指して、一層の努力を続けて行く所存です。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

船橋市立リハビリテーション病院

病院長 梅津 博道





生活を支える福祉用具たち ～車いすを考える～

福祉用具とは？

福祉用具とは、高齢者や障害者の自立支援、あるいは介護者の負担軽減を目的として利用する機器を示します。したがって、利用者の身体機能や生活環境ニーズに適応していることが最も重要です。

適切な福祉用具を提供するポイントとは？

車いすの選定を例にすると、身体寸法に対してシーートの奥行きが長すぎる車いすを選定した場合、図1のように臀部がシーートの奥まで入りきらずに空間ができます。これにより骨盤は後方に傾き、脊柱が

後弯（円背）して「円背姿勢」が発生してしまいます。「円背姿勢」により、バックサポート（背もたれ）で身体を支える面積は減少し、不安定になると同時に、シート（座面）への圧力が上昇して、褥瘡（床ずれ）の発生リスクが拡大します。また、「円背姿勢」により体幹が前後につぶれてしまうことで、心肺機能の低下、活動性の減少につながります。このような状況にならないよう、身体に合った車いすを選定し、適切に調整することが重要です（図2）。また、利用目的や環境にも配慮し、総合的な視点で、専門的に対応することが、生活を支援する福祉用具を提供するポイントだと考えます。

図1



図2



生活環境整備担当の紹介

船橋市立リハビリテーション病院では、株式会社ライフステップサービスとの業務委託契約により、福祉用具ショップに福祉用具専門部門「生活環境整備担当」を配置しました。入院初日から院内で利用する車いすの適合調整に入り、福祉用具や住宅改修

の活用が退院後の生活に有効だと考えられる場合は、早期より相談、検討、評価を実施して、地域のケアマネージャーや福祉用具貸与事業所等と連携して、リハビリテーションの流れを取り入れた質の高い生活環境整備を実施するよう取り組んでいます。

船橋市立リハビリテーション病院
生活環境整備担当(株式会社ライフステップサービス) 宮本 晃



生活を支える福祉用具たち ～自助具(食具)あれこれ～

自助具とは、身体の不自由な人が日常生活をより便利に、より容易にできるように工夫された道具です。患者さまにとって身近な道具であり、生活を広げるものです。

自助具にはさまざまなものがありますが、今回は食事用自助具（当院では「食具」と呼んでいます）についてご紹介をします。

病棟で主に使用されている食具には以下のものがあります。

箸類

指の細かい動きが難しい方でも指の開閉で「つまむ」ことができる。

- 楽々箸（ピンセットタイプ・クリップタイプ）：左右どちらの手でも使え、比較的安価。見た目が普通の箸に近い。
- 箸蔵くん：指の引っ掛けがあり安定して持ちやすい。右手用・左手用がある。
- 箸蔵くんⅡ：箸蔵くん同様で、見た目が普通の箸に近い。
- 箸之助：左右どちらの手でも使える。指の引っ掛けがある。見た目の高級感がある。（現在食事への貸出しは行なっていません）



スプーン類

- 木製曲げ曲げハンドルシリーズ（スプーン、フォーク、スポーク）：首の部分が自在に曲がり、手の細かい動きが難しい場合も口へ入りやすく調整できる。太めの柄や付属のスポンジで安定して持ちやすい。スポークはすくう・さすことが1本ででき、持ち変えずに1本で食事をしたい方に便利です。

これらの食具を手の機能や回復過程に合わせ、OTが中心となって選定しています。

自分で食事を摂ることは重要な作業です。少しでも自力で、食べやすく食事をしていただくために、当院では食具の貸出しを行っています。ご自分のものを購入する前に、実際に毎日の食事で試してよりよい食具を選んでいただきたいと思います。

「食事がもっと食べやすくないかなあ」「麻痺のある手でも食べてみたい」など、ご希望のある方は、ぜひ担当スタッフに相談してみてください。

高血圧を正しく理解しよう

◆高血圧について

(1) 血圧とは何か

血液は、人間が生命を維持していくために不可欠な酸素や栄養を体の各部分に運搬し、老廃物と炭酸ガスを運び去る役割を果たしています。血液は心臓から送り出され体のすみずみまで流れていきます。血圧とは心臓から送り出された血液が動脈の内壁を押す力のことです。

(2) 最高血圧・最低血圧とは

心臓は、収縮と拡張を繰り返して血液を送り出しているのですが、動脈の中の血圧は心臓の収縮、拡張に応じて上がったり下がったりします。動脈の血圧が心臓の収縮により最高に達したときの値が「最高血圧」、心臓の拡張により最低に達したときの値が「最低血圧」です。

(3) 高血圧症とは

高血圧というのは、血圧が高いという1つの症状です。たまたま計った血圧が高いときには血圧が高いといえますが「高血圧症」とは言い切れません。高血圧症とは、いつ測っても血圧が正常より高い場合をいいます。WHO(世界保健機構)では、最高血圧が100から140ミリ Hg、最低血圧が60から90ミリ Hg までが一般に正常と考えられています。

(4) 高血圧症から起こる病気

血管の壁は本来弾力性があるのですが、高血圧状態が長く続くと血管はいつも張りつめた状態におかれ、次第に厚ぼたく、しかも硬くなります。そして、一部では脂肪やカルシウムが付着し、血液の流れを悪くします。

◆家庭で血圧を測定される方へ

血圧は、運動・安静・入浴・排便・食事・睡眠・体調・精神緊張等の条件で著しく変わります。はかる前には5から10分位安静にし、条件を一定にした状態で測ることが望ましいです。

- ①いつも同じ腕・姿勢・時間にはかるようにしましょう。
- ②はかるときは、きついシャツ等で腕の上部を締めつけないようにしましょう。
- ③血圧計は、腕と同じ高さのところにおいてはかりましょう。
- ④血圧計は、定期的に(年に1から2回)点検が必要です。
- ⑤高血圧の薬を飲まれているかたへ

主治医の指示がない限り、自分で判断して調節したり、中止しないようにしましょう。

薬を途中で中止すると、血圧は以前の値に戻り、時にはそれ以上に上昇し、高血圧による合併症を起こすことがあります。

副作用や、何か異常のある時は主治医に相談しましょう。

船橋市立リハビリテーション病院
木島 貴宏

国立循環器病センター循環器病情報サービスのホームページより抜粋しました。もっと詳しく知りたい方は、循環器病情報サービスのホームページ (<http://www.ncvc.go.jp/cvinfo/disease/hypertension.html>) でご確認ください。

おすすめの一冊



平澤哲哉著『失語症者、言語聴覚士になる—ことばを失った人は何を求めているのか—』雲母書房、2003年。

「失語症」という言葉をお聞きになったことがあるでしょうか。失語症は、脳卒中や頭部外傷で主に左脳の言語領域が侵されたときに発症する障害で、重症度や症状など個人差はありますが、聞く、話す、読む、書く、計算するなどの機能に障害が起こります。失語症は、「母国にいながらの外国体験」と言われることがあります。言葉を知らない外国に1人で置き去りにされたことを考えてみてください。現地の人の話が理解できない・自分の言いたいことが伝えられない・読み書きもできない・・・コミュニケーションが円滑にいかず、日常生活上とても不便するでしょう。

失語症に対する世間の認知はまだ低く、家族や親しい友人の発症をきっかけに初めて知ったという方も多いようです。体の障害とは異なり、言葉の障害は外見から分からないため理解されにくく、また自分の症状を言葉で説明するこ

ともできないため、失語症を発症した方はとても孤立しかねません。

著者は、タイトルの通り自身が失語症を発症した経験を持ちながら、言語リハビリテーションの専門職である言語聴覚士(ST)になり、現在も在宅リハビリテーションの分野で活躍しています。学生時代に交通事故による頭部外傷をきっかけに失語症になった著者は、対人関係、就職など直面する現実に悩みながら、失語症と歩んでいきます。「克服する」のではなく「付き合い歩いていく」ことで、多くの学びを得たと著者は言います。失語症について知るのみならず、「病気になること」そして「後遺症・障害を抱えること」について考えさせられる1冊です。ぜひ、手にとってみてください。

船橋市立リハビリテーション病院
言語聴覚士 奥田 夏子



あとがき

冷え込む冬、皆様はどのような年の始まりを迎えたのでしょうか？

新年を迎え、抱負を語り合ったりご家族と一緒に過ごすいい機会ですね。当院では、季節に合わせ、置物など飾りつけも工夫していますので、ぜひご覧下さい。皆様にとって、良い年でありますよ

うお祈りしています。

本年も引き続き、初台・船橋市立リハビリテーション病院、ならびに『輝 NET』をどうぞよろしくお願い致します。

船橋市立リハビリテーション病院
病棟クラーク 金木 理紗

