

# 浜りハ通信

25年12月1日  
②号発行

## 訪問リハビリってなにができるの??

寒さもひとしお厳しくなってきました。先月で1周年を迎えた当事業所ですが、まだまだ「訪問リハビリってなに？」と聞かれることがあります。そこで、今回は「訪問リハビリとは?」「浜りハではなにをしているの?」という疑問にお答えしていきたいと思ひます。

### 訪問リハビリとは

通院してリハビリテーションを受けることが困難で在宅(一部施設)で療養を行っている方に対して、症状・家屋構造・介護力などを考慮しながら、リハビリの専門家である理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が、実際の生活の場で行うことができる訓練方法や介助の仕方、環境整備などリハビリテーションの観点から療養上必要な指導を行うことです。

### 浜りハで大切にしていること

普段の住み慣れた場所、また、住み慣れない仮設住宅などでも、ご自分でできることや、家族・地域との関わりを増やすことにより、寝たきり状態を防ぎ、生活範囲を広げ、快適で豊かな生活を継続して送ることができるようにアプローチします。また、介助方法や生活の工夫など適切な指導を行い、不安や無理の少ない介助生活を送れるよう援助します。



## 廃用症候群とは?

廃用症候群とは「生活不活発病」とも言われ、過度に安静にすることや、活動性が低下したことによる身体に生じた状態をさします。

高齢者では2週間の安静で筋肉の20%が萎縮?!



筋力低下や関節の拘縮・平衡機能の低下・骨の萎縮  
心臓や肺の機能低下  
自律神経の低下(失禁や便秘など)  
精神機能低下・認知症の症状悪化

予 防 が 大 切 ！ ！

例えばベッドから動くことができなくても、ベッド上でできるリハビリを行うとか、座ったり立ったりして同じ姿勢を続けないなど、体を動かすことが廃用症候群の予防策です。

生活している場でリハビリをする訪問リハビリは、利用者様に合った生活の活発化を安全に進め、継続性を持たせる1つの手段!



\*お知らせ\*

年末年始は12月29日から1月3日までとなっております。利用日のご確認をよろしくお願いいたします。

