

# ゆずる通信

平成25年9月30日 NO.5



## リハビリって実際にどんな事をするの!?

「立ち上がりや歩行が大変になってきた…」という理由から、訪問リハビリを利用される方が多いと思います。では実際に「訪問リハビリでは何をしているのか?」ということが、こちらの宣伝不足もあり、わかりづらくなっているものと思われます。そこで今回は簡単ではありますが、私たち「リハビリの職員」がどのように考え、解決策を見出しているのか一部紹介させていただきます。これをきっかけにして“ゆずる”がより利用しやすい存在になればと考えております。

### 例) 立てない・・・

リハビリの職員は

“なぜ”立てないのか原因を考え、アプローチする

#### 原因の一例

- ① 下肢の筋力が低下
- ② 楽な立ち上がり方を知らない
- ③ 立ちたくない(動きたくない)
- ④ 膝が痛い

#### 解決策

- 下肢の筋力トレーニング
- 立ち上がり動作の反復練習  
(立つタイミングや重心移動の練習)
- 立ち上がる(動く)ための目的作り
- 痛みの原因を考え、緩和方法を具体的に示し工夫していく。



上記のような身体機能面を踏まえたうえで、**自助具・補装具の活用**や**環境調整**、あるいは**他のサービス利用に関する助言・指導**を実施し、日常生活を支援していきます!

※具体的な立ち上がりの方法や注意点に関しては、次号にてお伝えしていきます。



## 今月の訪問より

・下肢装具の新規作成や修繕の相談に対応させていただきました。装具を作成した後、適合性チェックをせずに使用していると、身体の機能に合わなくなることがあります。また長年使用したり、使用頻度が多いと、付属部品等の劣化や破損が起きやすくなるため、定期的なメンテナンスが重要となります。

訪問リハビリを利用されている方の「装具適合チェック」はもちろんのことですが、利用者様以外でお困りの方がいらっしゃいましたら、お気軽にお声をかけ下さい。

宮古・山田訪問リハビリステーションゆずる

TEL: 0193-77-4686 FAX: 0193-77-4687



マジックバンド

足底ゴム

これらの修繕に関わりました