

診療所でリハビリテーションが可能に

明けましておめでとございます。本年もこの誌面コーナーを通じて、日々の健康の参考になる話題を皆さまにご提供したいと存じます。よろしくお願いいたします。年明けの話題は、すでに利用している方もいらっしゃるかと存じますが、昨年12月1日から当診療所で可能になった本格リハビリテーションに関する話です。

リハビリテーション（以下、リハビリ）とは、その語源から推し量ると、「再び人間としてふさわしい（望ましい）」という意味で、ふさわしくない状態に陥った時に、再びふさわしい状態に戻すという意味です。医療分野では、病気や負傷、障がいなどで機能が失われた際、機能の回復、社会復帰を目的にしています。

リハビリテーションは、退院後、あるいは慢性疾患のリハビリを続けることで病気の悪化を防いだり、寿命を長く保てたり、生活の質が良くなるなどの効果がいわれています。疼痛などによる過度の安静によって筋力が低下するため起こる「廃用症候群」、高齢化に伴う運動機能低下による「ロコモティブシンド



rome（運動器不安定症）」、加齢による筋力低下を表す「サルコペニア」など、加齢に伴ってリハビリの必要な状態が増えてきます。地域の高齢化により、高齢者が増えるに従って、病気がなくてもリハビリを必要とする機会が増えてきています。

運動療法、物理療法合わせて在宅ケア拠点に

昨年中に工事を行い在来のリハビリ室を増築して拡張しました。専任の理学療法士が一人常駐しています。主に急性期のリハビリを終了した後、自宅で暮らしながら通院で治療できる生活期（維持期）リハビリを提供できるように体制を整えました。治療を受けるためには、まず医師の診察を受ける必要があります。処方箋の発行を受け、その処方に基づいて理学療法士が治療を行います。理学療法士は、心肺機能、運動機能の評価、訓練を行い、関節や筋肉の機能強化や動作練習という運動療法と温熱、けん引、電気刺激という物理療法などで体の機能回復、社会参加支援を目指すため資格を持つ治療者です。通院できない寝たきり、

またはそれに準じる状態の方のために、自宅や施設で訪問リハビリを受けることが出来ませんが、今後当院から訪問できるように準備を進めます。

国は現在、重度な介護状態になってからも住み慣れた地元で人生の最後まで自分らしい暮らしを続けることができるように、住まい、医療、介護、予防、生活支援を一体的に提供する地域包括ケアシステムを築くことを目標に掲げています。

当診療所では今後の住民の高齢化と在宅ケアを見据えて、地域でリハビリを提供できるように努めていきたいと考えています。リハビリ利用は、主治医もしくはケアマネジャーにご相談ください。

町立診療所副所長

古川 倫也