

脊柱の手術後、深く前かがみになることが難しく、これまでは靴下の着脱に介助が必要でした。「身の回りのことは自分でやりたい」というご本人の強い思いがあり、福祉用具の「ソックスエイド」を取り入れました。今では身体を深く曲げずに、お一人で靴下が履けるようになっていきます!

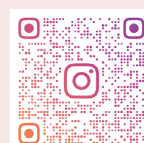


【本人の声】

病院での練習では上手いかず、一度はあきらめた靴下はき。退院後、訪問リハビリの作業療法士(OT)さんが手作りしてくれたソックスエイドのおかげで、**今では毎日、人に頼まず自分で履けるようになりました! びっくりであり感謝です。**
自宅に戻ってから、体の動きが少しずつ良くなってきたことも、大きな要因だと思います。**あきらめていたことが一つ一つできることがありがたいです。**

【リハビリスタッフより】

ご本人のやってみたいを実現したことで毎日の暮らしが楽になりました。これからも、その「やりたい」想いを一緒に形にしていきたいです。



使用方法是こちら

報りギャラリー ～ 写真で繋がる訪問リハビリ ～



西部総合病院『公式 LINE』開設

ともだち募集中

QRコードで簡単登録



ID検索で登録



病院からのお知らせや、外来診療担当医表の確認、AI事前問診の利用の案内を行っています。

ぜひご登録ください。

SNS やってます!



YouTube



Instagram



健康生活の

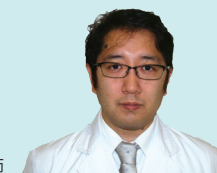


皆様、西部さくらクリニックの関山です。普段から西部総合病院の訪問リハビリをご利用いただき、ありがとうございます。本日は多くの皆様が悩まれている便秘症に対して少しお話をさせていただきます。

そもそも便秘症は性別や活動性、お腹の手術歴などが原因となり、腸内細菌の異常なども引き金となります。内服薬での治療も有効ですが、食事・水分摂取、運動などの生活習慣の改善もまた有効です。特にプルーンやキウイフルーツなどは自然排便率や排便回数を増やす効果が認めており、また米や豆類などの食物繊維を多く含まれる食品やヨーグルトなどの乳酸発酵食品も有効との報告もあります。他には皆様が普段から行っているリハビリによる有酸素運動なども効果があり、1日15分・週5回のお腹のマッサージなども便秘には有効です。特に夏季に伴い40℃近い気温の中、水分摂取などを意識されている方も多くいらっしゃると思いますが、ただ水分摂取を多くするだけでは便秘には効果なく、十分な食物繊維(25g)を摂取しつつ水分摂取量を増やすことで便秘症の症状改善につながります。

まとめますと、食物繊維の多い食品を摂りつつ、水分を多めに摂り、リハビリを行うことで、皆様が普段から悩まれている便秘に効果があると思われます。引き続き、夏の暑さに負けずリハビリを頑張ってください。

西部総合病院
関山達彦 医師



水耕栽培 はじめました

お花を育てることが好きな まみさん。6月からお部屋の中でトマトの水耕栽培をスタッフと一緒にスタート。



まみさんのコメント

病気になり今まで楽しんでいた事が出来なくなってしまいました。トマトを育てながら見る楽しみや成長の過程が“癒し”になっています。それがとても嬉しいです♡



健康

寿命

を延ばそう!!

介護予防シリーズ 第14回 若年性認知症について学ぼう

65歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」と言います。若年性認知症は働き盛りの世代で発症するため、ご本人だけでなく、ご家族の生活への影響が大きくなりやすいです。

病気のために仕事に支障がでたり、仕事をやめることになって経済的に困難な状況になってしまいます。また、子どもが成人していない場合には親の病気が与える心理的影響が大きく、教育、就職、結婚などの人生設計が変わることになりかねません。さらにご本人や配偶者の親の介護が重なることもあり、介護の負担が大きくなります。このように若年性認知症は社会的にも大きな問題ですが、企業や医療・介護の現場でもまだ認識が不足している現状です。

若年性認知症についてはこちら <https://y-ninchisyotel.net/>

次号では、若年性認知症支援コーディネーターについて解説していきます。

できた報告会 Vol.46
WHILL で short trip!!

今回、利用者様が介護保険を利用して、
電動車イス（WHILL- ウィル）のレンタルを開始され、
公共交通機関を利用しての外出を練習しました。

K様：利用者様より

中々一人歩きの外出が躊躇う（ためらう）事の多くなってきた私ですが、この度訪問リハビリのスタッフ又科長のご努力により short trip を体験させていただきました。

正しくJRや公共のバスを利用した移動を無事に体験させて頂きました。この体験を糧にして自分が、一歩前進できたのではと、思っております。

実は密かに行きたい事があります。東海道新幹線を利用して、京都の東本願寺に是非お参りしたいと思っております。TRIPというか GATEWAY なのではと感じております。その門を一つ潜る事ができるのではないのかなと思っています。

まだまだ車いす専用チケットを予約したり障がい者用チケットのネットでの購入・ホテルの予約等様々な問題が山積しています。しかし、ゲイトは間違いなく潜ることができました。とても感謝しております。

ご自身で立てた練習の計画

自宅
↓
陣屋・穴俣
↓
国際遊覧1号
2号の穴俣
↓
北浦和駅 (JR)
↓
駅員のスロープ依拠
JR、陣屋駅に駅員が居た
大宮駅 1~2番の電車に乗車
↓
西武池袋線
↓
全全
↓
引置場
↓
JR大宮駅 ICを付入れ
駅員の^{みどりの}スロープ依拠
北浦和で北浦和駅
陣屋から北浦和へ乗車
↓
JR北浦和駅着 ICを付
↓
駅前穴俣に乗車 ICを付
↓
西武バス 陣屋 ICを付
↓
自宅

障がい者用交通系
ICカードも事前に
用意しました。



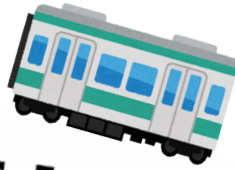
障がい者用



介助者用



出発！



電車の利用方法

POINT !

- ・ 駅に着いたら有人改札で駅員さんへ声をかけます。
その後は 駅員さんの指示に従って動けばOK!
- ・ 降車駅の駅員さんと連携をしてもらえるので、
駅に着いたらすぐスロープを出してもらえます。



10年ぶりの電車 ホームドアに驚き！

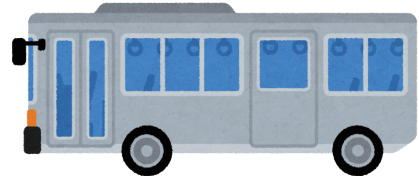


帰宅！

バスの利用方法

POINT !

- ・運転手さんへバス横のインターホンで声をかけると、乗りやすいようにバスを移動してくれます。
- ・乗車時、どこのバス停で降りるか伝えると下車の際、声をかけてくれるのでとても安心です。



到着！



ご家族様より

通院時に診察室にそのまま入れるし、移動手段が増えて、家族としても助かってます。今までできなかったことを少しずつやっていこうね。

担当セラピストより

ご病気により『家から離れて自分本意で移動すること』が難しかったご本人様が、WHILLを導入したことで外出の幅が広がりました。外出への捉え方が変わることで意識も変わり、交通手段や行き先を自ら計画し、今回の訓練に繋がりました。

ご本人様が受動的ではなく主体的に動いたという、今までになかった変化を実感することができました。今後の人生においてご本人らしい生活を送れるよう、支援していきます。