

「作業療法」ってなに??

上肢機能訓練・生活への関わり

当院では、理学療法・作業療法・言語療法のリハビリを行っています。今回は、その中でも「作業療法」についてご紹介したいと思います。

作業療法とは、患者さんが必要とする日常生活動作ややりたい活動ができるよう、上肢機能訓練と言われる腕や指先の動作練習や、日常生活動作を用いてリハビリ訓練を行うものです。その人らしい生活ができるよう支援します！今回は、上肢機能訓練と生活への関わりについて紹介したいと思います。

1、上肢機能訓練について

これからご紹介するように様々な方法で手が動くようになるための訓練をしています。それぞれの患者様に応じてさまざまな種類の中から、よりその方に合った訓練方法を選択して訓練を行っています。

《徒手的な治療を用いて》

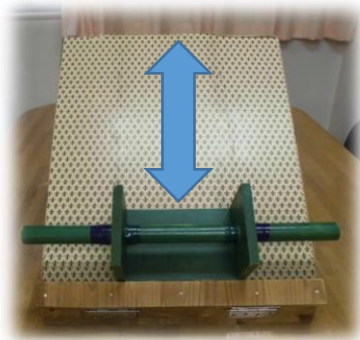
患者様に自分で手を動かして頂いたり、治療者が動かすことによって、関節が動く範囲の拡大・筋力の増強をはかり、日常生活に手を使えるようになることを目指して訓練します。



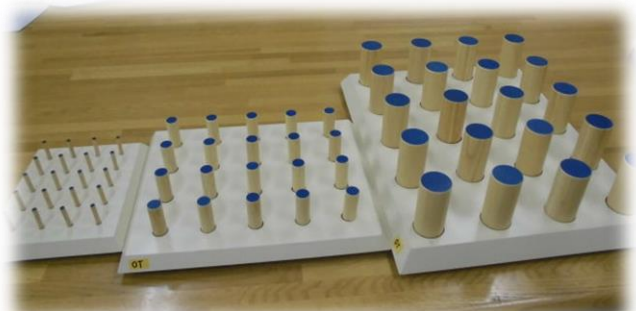
《物品を用いて》

患者様一人一人の状態に応じて、さまざまな種類の物品を用いることで、上肢の動きを促し、訓練をしています。患者さんの状態に応じて、物品の大きさや量、置く位置により、課題の難しさを調整しています。

・肩や肘など腕の大きな動きの練習



・巧緻動作（細かな指先を使った動作）の練習



《作品作りなどを通して》

作品作りなど楽しみながら取り組める活動を用いて手指の巧緻性などの練習を行うこともあります。そして、リハビリ以外の時間にも手を使っていたりするような関わりをしています。

実際に患者様に作って頂いた作品です！！



2、生活への関わり

《日常生活や家事動作の練習》

食事・更衣・入浴・排泄・家事動作などの日常生活動作に関しても介入させていただいています。それぞれの患者様に応じて必要な動作の練習を行っています。退院後、困難なことが起こらないようにするために、なるべくご自宅に近い環境で動作の練習をしています。

また、生活上の困難感を軽減する為に、身体の状態やご自宅の環境に応じて、手すりの設置、福祉用具の導入を提案させて頂くこともあります。動作方法の変更やベッド・家具の位置を変更することで動作を行いやすくすることも検討・提案させて頂きます。

●○食事●○

手指の力が弱いことや巧緻性の低下によって、ご自分でご飯を食べることが難しい方に対して、持ちやすい箸やスプーン・フォークの形状を検討します。再びご自分で食べられるようになることで、より食事を楽しむことができるように介入しています。



●○入浴●○

入浴は、浴槽をまたぐことや、浴槽にしゃがみこむ動作が含まれ、日常生活動作においては、難易度が高い動作の一つです。その為、様々な福祉用具を用いたり、動作方法の工夫をすることで、ご本人様・ご家族様の希望に沿った動作が可能となるよう介入させて頂くことがあります。

(一例)



座ってまたぐ場合



立ってまたぐ場合

●○服の着替え●○



ソックスエイド

背中や股関節が曲がりにくい方がご自分で靴下を履くための道具です。



ボタンエイド

指先の巧緻性が低下している方が、ご自分でボタンを留めるための道具です。

これらの便利な道具を紹介したり、自分でできるようになるための練習をしていきます。

●○調理などの家事動作●○



家に帰った後に、調理をする方には、リハビリの中で練習して頂く事も出来ます。
鍋やガスコンロ、冷蔵庫など調理に必要なものはリハビリ室にあります。

今回は、回復期リハビリテーション病棟での取り組みです。お楽しみに～