

# リハビリ通信

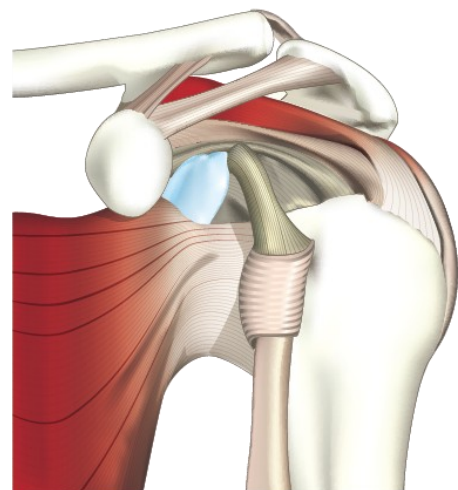
## トピックス

理学療法の対象疾患は脳血管疾患(脳梗塞など)、呼吸器疾患(肺炎など)、循環器疾患(心不全・人工透析など)、運動器疾患(骨折・肩関節疾患)、緩和ケア(がん)など多岐にわたります。

### 今回は、肩関節疾患の理学療法についてご紹介致します。

当院の肩関節専門外来を受診される方々の悩みは「肩の痛み」です。その主たる原因の多くは「腱板損傷」や「腱板断裂」を来していることが多く、転倒や脱臼などの「外傷」によるものと、「加齢」による筋肉の脆弱化と様々です。対象年齢層は10～70歳代と幅広く、日常生活上の痛みだけでなく、余暇や趣味(野球・ゴルフ・テニスなど)を積極的に活動されている方々の痛みへも対応させて頂いています。

治療は保存的治療と手術療法があります。保存的治療は消炎・鎮痛目的の関節注射の施行や鎮痛薬の内服と併用しながら「理学療法」の出番となります。症状や仕事の都合など、生活背景に応じて週1～2回程度の外来通院でストレッチや筋力強化などを中心に実施しています。また、患者さん自らも「痛み



と向き合い、痛みと共に生活できる(克服していける)」よう、理学療法士は「心のサポート」にも配慮しています。

手術適応となった場合、少しでも院内生活を安楽に過ごして頂けるように、理学療法士が装具の脱着方法や生活場面の注意点(更衣・入浴・就寝時)、簡単な自主練習メニューを記載したパンフレットをお配りし、手術前日に直接指導させて頂いています。術後翌日より理学療法は開始し、術創部周囲へのアイシングや筋肉の緊張をほぐすリラクゼーションを中心に実施します。退院後も外来通院でフォローさせて頂きます。

「痛み」は独りで悩まず・抱えず、まずはゆっくりと「自分の身体に目を向け、痛みの原因を理解してあげる」ことから始めましょう。

そのお手伝いを私たち理学療法士にお任せ下さい!!



## 回復期リハビリテーション病棟 成績

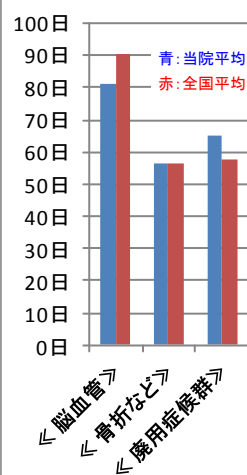
(平成24年7月～12月【全入院患者さん平均】)

	当院平均	全国平均
自宅退院率	<b>78.5%</b>	69.7%
FIM(機能的自立度評価)※		
入院時	72.1点	72.6点
退院時	88.7点	88.4点
改善点	<b>16.6点</b>	15.8点

※ FIM: 点数が低いほど、生活上の介助が必要なことを示します。

全国平均を上回る改善を示し、  
自宅退院につなげています。

### 疾患別平均在院日数



### 疾患割合

