

知っくとく
コラム

リハビリテーションとは？

皆さんは、リハビリテーションって何だと思えますか。なんとなく筋肉をマッサージしてくれて気持ちがいいものという印象がありますよね。

実は、リハビリテーションは病気と闘う治療の一つなのです。リハビリテーションは、幅が広く、脳梗塞・脳出血・くも膜下出血等の脳卒中後や、筋萎縮性側索硬化症(ALS)・パーキンソン病・脊髄小脳変性症・筋ジストロフィ等の神経疾患、骨折・腰痛・膝痛・四十肩・脊髄損傷・四肢切断等の整形外科疾患。また、小児麻痺・二分脊椎・ダウン症候群・発達障害等の小児先天性の疾患や、慢性呼吸不全などの呼吸器疾患、心不全・心筋梗塞等の循環器疾患、がんや熱傷までも関わりがあります。このような疾患を聞くと、大変な病気だと他人事のように思うかもしれませんが、実は他人事ではなく家族や自分自身に起こりうることもあります。

リハビリテーションは一度失った機能を、より病前の状態に戻そうとしている医学です。当然進行性の病気もあります。最善を尽くしても寝たきりになってしまう方もいます。ただ我々は、それに対して指をくわえて見ているわけにはいきません。何故なら先ほど挙げた疾患は、ほとんどが寝たきりになる原因なのです。高齢者に関しては、皆さんが口をそろえて、ぽっくりいきたいと言われます。そのためにできるだけ早くリハビリを開始することが大事なのです。

現在の日本は、発症してすぐにリハビリを開始することを目指しています。発症または術後翌日よりリハビリを開始します。安静にすることは害と言われています。当然、全身状態が落ち着いていることが前提ですが、全身状態を見ながら医師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、看護師、介護士等がチームで一人の患者さんのために治療を行います。



例えば、脳卒中で半身麻痺となり言語障害もある方が数カ月のリハビリで在宅復帰、職場復帰も果たした事も多くあります。そのためには、早期から下肢装具をつけて、療法士が支えたりリフトで支えたりして歩行をします。歩行は人間の動作の中で非常に重要なものです。基本的に歩行が出来るようにするために訓練するのではなく、歩行という転倒する危険がある行為をすることで、脳の自発性を引き出すのです。それにより日常生活を取り戻すのです。簡単な事ではありませんが、毎日リハビリを続けることで獲得できることも多くあります。

高齢者大腿骨頸部骨折に関して、以前は一段歩行能力が落ちるといわれておりました。例えば独歩していた方が杖歩行となったり、杖歩行の方が車いす生活になっていましたが、現在は早期のリハビリにより受傷前と同等の歩行能力まで改善される事も多くあります。

小児疾患に関しては、なかなか改善が難しいのですが、装具や環境の調整、学校との連携で社会に、より参加させることが一段階の目的です。疾患を抱える子供もリハビリをやることで笑顔になります。リハビリは、“ハンディキャップがあるから出来ない”を、“ハンディキャップがあるけど出来るようにする”ことだと思っております。そのためには、あきらめないでリハビリを信じて続けることが大切です。病気でない方も、ストレッチや適度な運動は非常に大切です。日頃から体を動かしましょう。

医療法人 鳳紀会 可知病院
院長 可知 裕章

