

## ご利用の参考に・・・

## ★ リハビリテーション は 退院してからが勝負！

病院の先生やリハビリのスタッフに、「もう機能は最大限回復しました、卒業です、あとはお家で生活を楽しんで」と言われて不安になったことはありませんか？

どこかしら、何かしらの障害が残った状態で、至れり尽くせりに整った「医療」環境から一步踏み出すと、外の世界は「不測の事態」の連続だったりします。

なんとか乗りきろうと努力するうちに、独自の方法を編み出したは良いけれど、身体のどこかに無理が重なって痛みがでたり、さらにその状態が長く続くと骨や関節が変形してしまうこともあります。

病院の治療的リハビリが終わった直後は、まだカラダの中に正常な(強い)ところと弱いところが混在したような状態であることがほとんどです。強いところばかり使うクセがついて弱いところが力をつけるチャンスが奪われたり、そのせいで強いところにオーバーワークで痛みやコリがでたり、逆に弱いところを鍛えようとすずぎて回復するための余力までなくしてしまうこともあります。

相談室では、医療的な関わりが終わった直後に、身の回りの環境をどのように整えれば、お身体を傷めず、かつ、あわよくば機能を向上させていながら社会にとけ込んでいけるか、個別事情にあわせてご助言、ご提案をしていきます。

また、医療から遠ざかって自己流で頑張っているうちになぜか動けなくなってきた方には、一緒に時間をさかのぼって原因を探り、解決策を見つけるお手伝いをします。

## ★ 車いすは歩けない人を移動させる道具？

介護保険制度が始まる前、車いすは「福祉用具」ではなく「補装具」として障害者制度でだけ給付されていました。「補装具」は障害のある身体の一部となってその人の生活を助ける道具です。なので当然、身体の状態にぴったり合っている必要があります。

そしてちょうど介護保険制度が始まったばかりの頃から、専門職のあいだで、それまで主に障害児の施設などでしか重視されていなかった「車いすのシーティング」という技術が注目されるようになってきました。身体が不自由な方が寝たきりになるのを防ぐため、できるだけ起こしておきましょうと、そのまま移動できる便利な車いすに乗るようすすめていたら、あちこち痛みがでたり、円背や側弯や関節拘縮が進んだり、お尻に床ずれがでたり、、、といった困ったことがでてきたからです。合わない車いすは、そこから容易に脱出できない不自由な身体にとって、凶器にもなります。

逆に、身体の状態に合わせた車いすに座って生活することで、全身の耐久性が増すばかりでなく、体幹の筋力やバランスが良くなったり、上肢(腕・手)や下肢(脚・足)の機能が回復したり、ひいては歩行能力の向上に結びつく場合もあります。

「車いすを使って生活する」ことは「歩けなくなった」ことの象徴のように感じる方も多いようですが、車いすを、歩く能力を回復する道具として使うこともできるのです。専門的な技術で絶妙に車いすを適合させる意義がここにあります。

## ★ 住環境整備には機能的予後の予測がとても大事

「機能的予後」とは、障害の残った身体の機能がこれからどのような経過をたどっていくかの見通しです。病気自体の事情で決まる「生命予後」と同様に、進行性の病気かどうか、という条件にも左右されますが、病気自体が進行しない場合は生活のしかた、身体の使い方の影響も大きく関わります。

良くなっていく可能性がある身体には、安全性を確保しつつ、その環境で生活することが機能回復への良好な刺激となるようなシカケを作っておくことがとても役立ちます。

不幸にして進行することが予想される場合にも、すこしでも機能を維持できるようなシカケを用意したり、将来に起きる可能性の幅に対応するために、あわてて準備しすぎないことも一つの方法です。

ほとんどの当事者、ほとんどのご家族にとって、予期せぬ障害をこうむった身体に対応させて住環境に手を入れるのは、はじめてのことであり、財産に傷をつける大きな決断であったりします。

相談室では、お身体の状態の評価や医学的な専門知識、これまでの類似ケースの経験などを総動員して、一緒に最良の方法を見つけるお手伝いをします。