

～ リハビリだより ② ～

①では“リハビリとは？”と題してお送りしました。今回はアメニティのリハビリについてお話しします。

アメニティのリハビリ部は、現在理学療法士4名、作業療法士1名在籍しています。理学療法士をPT(ピーティー)、作業療法士をOT(オーティー)と呼びます。皆さんも聞き覚えがあるのではないのでしょうか。大まかに言いますと、理学療法士は主に、基本的動作能力(座る・立つ・歩く等)の維持向上であるのに対して、作業療法士は主に応用的動作能力や社会的適応能力(文字を書く・着替える等)の維持増幅や認知症に対してのアプローチを行います。アメニティでは、利用者様に適したリハビリを実施するためにカンファレンス(会議)を開催し、連携をとりながらどのようなリハビリが必要か、そしてどのような事を実施していくかを、計画します。上述したものだけが“リハビリ”ではなく、日常生活そのものがリハビリであったり、趣味的活動がリハビリに繋がります。日々の生活が意味のある活動だととらえる事ができますね。今回はその中でも、理学療法を中心にお話しします。

理学療法は、主に病気やケガにより、日常生活に支障をきたした方々に対して、起き上がり、立ち上がり、歩行などの基本的な動作能力の回復をはかる、身体的なリハビリテーションを行います。手足の関節の動きを良くしたり、筋力を回復させたり、日常生活の動作練習などに加え、社会生活を送る上で不利な要素を少なくするための福祉用具の選定や住宅改修・環境調整なども含まれます。近年では、生活習慣病の予防、コントロール、障害予防も理学療法の対象です。もちろん、回復ばかりではなく、維持していくこともとても大切なことなので、無理なく続けていけるように行います。

健康管理、身体機能保持・増進のために、また生活にメリハリをつけ、寝食を分け、生き生きと生活できるように援助させて頂いております。

なによりもリハビリが苦痛なものでなく、目標や目的がもてたり、リハビリが生活の潤滑油となれたら幸いです。皆さんはどんな気持ちでリハビリをしていますか？

次回作業療法についてお話しします☆



【アメニティ写真日記】



今月の写真日記は書道クラブをクローズアップ！好きなお手本を選んで先生にご指導を頂きながら納得いく作品を仕上げます。普段とは違う環境で皆さん真剣に取り組んでいます。赤丸をいっぱいもらってニッコリ☆作品は1階に展示してあるので是非御覧下さい。