

# 通所リハビリテーション

一時的に損なわれた機能を取り戻す訓練や障害の軽減と解消を目的に行われるのが本来的なリハビリテーションですが、近年では、加齢と共に衰える体力と機能を予防的に維持していくことも健康維持と同じく重要視されています。特に、透析患者さまはその必要性が非常に高いと言えます。今回は、この透析患者さま向け通所リハビリテーションについてご案内します。

## 通所リハビリテーションとは

通所リハビリテーション（デイケア）は、理学療法士や作業療法士などによる機能回復訓練を認定施設に出向いて受けられるサービスです。送迎サービス等を利用して通うこともできます。

医師の指示のもと、理学療法士、介護福祉士、介護職員が、運動機能障害の回復・維持及び病気や加齢による心身機能低下の予防をはかり、ADL訓練などを行うことで、患者さまの在宅復帰やご家族の介護負担の軽減などのニーズに応じた個別リハビリテーションを提供します。

## 取り組み内容

透析患者さまの身体状態は日々変化する為、状態に合わせて治療、訓練内容を決め、長期に運動を継続できるように、症状にあわせて運動量・運動プログラムを提供します。

人工透析由来の関節痛、筋力低下、歩行障害、日常生活動作の障害などに対し、マンツーマンのリハビリやパワーリハビリを実践します。

例) A透析患者さまリハビリメニュー

- ① 棒体操でのウォーミングアップ
- ② ストレッチング
- ③ 筋力強化
- ④ 自転車エルゴサイザーでの持久力強化
- ⑤ 指体操
- ⑥ 起き上がり、立ち上がり訓練
- ⑦ 歩行訓練（杖・手引き介助など）



10回1セット  
1日1-2回



適度な運動をすることにより、骨や筋力の衰えを予防し、ストレスの解消・イライラ・不眠などの症状改善、食欲増進にもつながります。また、音楽に合わせて、楽しく踊ったりするもの、長続きの秘訣となります。

適度な運動は健康の為にも、毎日行った方が良いですが、透析後や、血圧が普段より高い時、低い時など、体調の悪い時は、無理をせず運動を中止しましょう。

## 《施設のご紹介》

望星赤羽クリニックでは、H24年7月より当院クリニック内の1階に、「短時間通所リハビリテーション」を開設いたしました。ご自宅まで、送迎するサービスも行っております。

透析患者さまの多くが、在宅での運動を避ける傾向にあり、身体機能低下しやすい状況にありました。そこで、身体機能維持、向上を目指したいとの強い思いから、リハビリ機能を特に重視した通所リハビリを開設しました。

## 《ご利用対象者》

- ・介護保険制度のもと、要支援・要介護認定を受けている方が対象となります。
- ・退院後で引き続きのリハビリが必要とされる方
- ・長時間滞在を必要とされず、個別リハビリを希望される方
- ・短時間で、集中的にリハビリを行いたい方

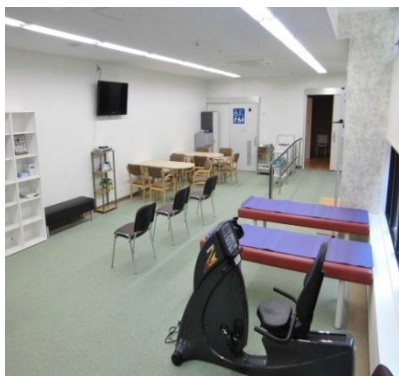
## 《営業時間》

月曜日～金曜日 9：00～17：00

午前 9：00～12：30

午後 13：00～17：00

土曜日・日曜日・年末年始 休業



## 《お問い合わせ》

お電話でお気軽にご相談ください。

望星赤羽クリニック ( TEL 03-3902-0157 )

※ 随時、見学を受け付けています。