

ご近所の お医者さん

□
645
□

四ツ橋診療所 安井博規さん 一大阪市西区

生涯リハビリテーション

「リハビリテーション」という言葉を聞くと皆さんは何をイメージされますか？ けがをして歩けなくなった後の回復、脳卒中になって、麻痺が出た後の回復などでしょうか。

もちろん歩行訓練や筋力トレーニングなど機能の回復も重要ですが、

リハビリテーション(以下リハビリ)の目的は「生きるために必要な生活の回復」で、その行為すべてがリハビリだと思いません。また、リハビリの対象は、疾患ではなく障がいです。つまり病気の状

心身機能の改善に効果

態にかわらず、その時の生活環境や体調に合わせてリハビリが可能です。運動をすることで心身機能を維持することも必要ですが、閉じこもりの予防や社会参加ができるようになるということも大切な目標です。

訪問リハビリがあります。

寿命を延ばすために、高血圧の治療や暴飲暴食を控える事、禁煙などが効果がありますが、ある大規模研究ではそれら以上に「社会の人とつながる」方が効果が高いと報告されています。

リハビリを通して、心身機能が改善すればさまざまな人とつながることもでき、住み慣れた地域でいつまでも健康で幸せに過ごせると思います。訪問リ

ハビリは、病院や診療所からだけでなく、訪

問看護ステーションからも受けることができます。詳しくお知りになりたい方は、かかりつけ医や、お住まいの地域の役所、ケアマネジャーなどにご相談ください。



リハビリは急性期・回復期・維持期の三つに分かれます。急性期・回復期は、主に入院中あるいは退院後の外来で実施します。合併しているさまざまな病気や後遺症に合わせて心身機能の改善を目指し、日常生活に支障を来さないようにします。維持期は、主に自宅で、心身機能回復訓練に加えて外出や地域活動、社会参加を目標にします。デイサービスなどに通う通所リハビリや、通うことが難しい方には自宅での

一人でも多くの方々に健康でより良い生涯を送っていただきたいという思いから、私たちは予防から看取りまでをモットーに健康診断・外来診療・訪問診療・訪問リハビリを行っています。