

ご自由に
お持ちください

はくりハ

白十字リハビリテーション病院

特集

痙縮について

教えて、せんぱい

白リハさんぽ

お口の健康のための嚥下体操



屋上庭園

痙縮外来で行う主な治療法

ボツリヌス治療

ボツリヌス毒素を痙縮のある筋肉に注入することで、一時的に筋肉の緊張を緩和させます。これにより関節の動きをスムーズにし、痛みを軽減する効果が期待されます。注射の効果は数ヶ月程度持続し、その間にリハビリテーションや装具療法を組み合わせることで効果の増幅や持続を図ります。

物理療法

振動刺激や電気刺激を用いて痙縮を緩和させる方法もあります。患者さんの状態に合わせて併用します。

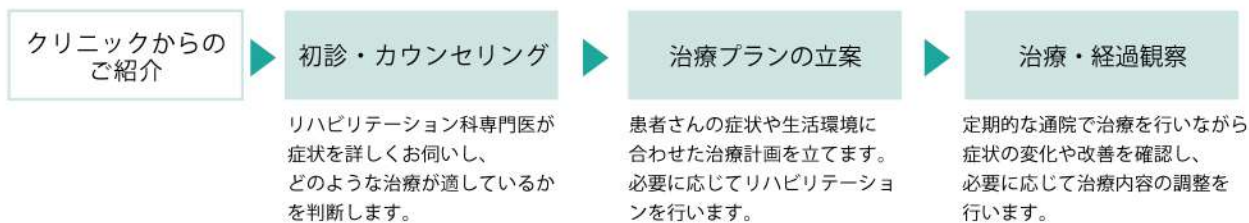


リハビリテーション（理学療法・作業療法）

専門のリハビリテーションスタッフが、筋肉の柔軟性を高めるためのストレッチや、生活動作の訓練を行います。



治療の流れ



痙縮外来の相談は「地域医療連携課」がお受けします。

わからないことがございましたら、ご遠慮なくご相談ください。

TEL: 092-891-2622

FAX: 092-891-2677

受付時間: 平日 9:00 ~ 17:00



私たちが
お答えします！

痙縮について

特集
医師に聞いてみました

痙縮は、脳や脊髄の神経に障害が起こることによって発生します。

筋肉が異常に緊張し、自分の意志とは関係なく固くなってしまいう状態を指します。

関節の動きが制限されたり、日常生活の動作がスムーズに行えなくなったりするた

め、歩行や姿勢保持、食事や着替えといった基本的な生活動作にも支障が出る場合があります。

治療法について

痙縮に対する治療はかつて、飲み薬や手術が行われていましたが、副作用や身体への負担が大きい状況でした。

最近はボツリヌス療法が一般的に行われるようになり、有効かつ安全な治療が可能となりました。しかし、ボツリヌス療法が実施できる医療機関はまだ少ない状況です。また、痙縮の治療はボツリヌス療法のみではなく、適切なリハビリテーションや物理療法、装具療法と併用して効果が持続したり増幅されるものです。

一人ひとりに合わせた治療を提供できる専門病院を目指して

当院はリハビリテーション専門病院として、各種の機器や経験のあるリハビリテーションスタッフが揃っていますので、当院のようなリハビリテーション専門病院が地域の中で痙縮治療を担う必要があると考えました。当院では、痙縮による症状でお困りの患者さんに対し、専門的な評価と治療を提供する「痙縮外来」を開設しています。患者さん一人ひとりに合わせた治療プランを提案し、日常生活の質を向上させることを目指しています。リハビリテーション病棟で入院治療をした後、痙縮外来に通院されている患者さんが増えてきています。入院中は毎日、リハビリテーションスタッフがストレッチを行うことで痙縮の管理が可能ですが、退院後は生活様式や活動量が変化して、痙縮が悪化する患者さんも多くいらっしゃいます。痙縮や装具などのフォローアップも含め、「障がいのかかりつけ医」となるように、今後も体制を整えていきたいと思っています。



道津 舞衣子
3階 回復期リハビリテーション病棟

わたしは理学療法士 7年目です



私が理学療法士をめざしたわけ

私は小さい頃から祖父が入院していたこともあり、漠然と医療職に興味を持ちました。そして中学時代に運動部に所属していたことで理学療法士の仕事を知って理学療法士を目指しました。実際に働きだして、リハビリ以外の日常業務がたくさんあることを知り、戸惑う事もありましたが人の人生や生活に大きく関わる仕事は、とても責任のある仕事で、やりがいを感じています。

職場でコミュニケーション力がアップ！

もともととは人との関わりは得意な方ではありませんでしたが、患者さんと一緒に頑張るリハビリや何気ない会話は楽しく、この7年間でコミュニケーション力が一番成長したのでは、と思うほど様々な人と話すことが出来るようになりました。

ある日の1日

8:30 START

8:35 ~ 45
セクションミーティング
病棟ミーティング

9:00 ~ 12:00
リハビリ



12:00 お昼休憩

13:00
カンファレンス

医師、看護師、リハスタッフ、ソーシャルワーカー、栄養士でチームとなり、リハビリの進捗や病棟での生活、退院支援についても話し合います



13:30 ~
リハビリ

患者さんとコミュニケーションをとりながら状態を確認します



17:00 翌日のスケジュール調整

17:20 セクションミーティング

17:30
勤務終了

業務終了！おつかれさまでした！



患者さんが元気になって退院される姿を見る時は毎回とても嬉しく、達成感を感じられる瞬間です。「ありがとう」と言ってくれる患者さんやご家族も多く、その度に頑張つて良かったなと思います。これからも患者さんの笑顔や、患者さんからの「ありがとう」をパワーの源にして楽しく働いていきたいと思っています。

仕事で疲れる時、悩む時もありますが助けてくれる同僚や、頼れる上司がたくさんいるので、のびのびと働いています。そしてプライベートでも遊びに行ったり、ご飯に行ったりすることもあり、とても楽しく働きやすい職場です。



吉内 崇
2階 回復期リハビリテーション病棟

わたしは看護師 8年目です



保育士から看護師へ

私は以前、重症心身障がい児（※）を支援する施設で働く保育士をしていました。医療的ケアを必要とする方が通っているため、気管切開の方への吸引や吸入などが日常的に必要であり、適切な管理が必要でした。

保育士の資格では出来ないサポートに、もどかしさを感じて看護師を目指しました。

（※）重度の肢体不自由と重度の知的障がいとが重複した状態にある子どもを重症心身障がい児といいます。

一歩踏み出す勇気をもらえた出会い

30代になってから看護師になりましたが、回復期病棟しか経験がなく、急性期を知らないことに劣等感を感じながら仕事をしていました。そんな想いを抱えている時、当時の上司が「回復期に特化した看護師がいてもいいと思うし、いると心強い！」と背中を押してくれ、回復期認定看護師の資格を

ある日の1日

8:30 START

9:00
ラウンド開始
状態観察、ケアの実施

10:30
退院支援カンファレンス
多職種で進行状況や目標の共有

12:00 食事介助

12:30 お昼休憩
食堂と売店、お弁当派の人も！
多職種の交流の場にも！



13:30 ラウンド開始
状態観察、歩行訓練、離床促しなどの介入

15:30 多職種ラウンド
多職種で議論しながら
ラウンドを行う



16:00 カルテ記載

17:00 申し送り

17:30
勤務終了

業務終了！ライフワークバランスを大切に☆

取得する勇気をもらいました。

現在、回復期リハビリテーション病院としての仕組みや考え方の変化が求められており、改革を進める中で、自分の考えや活動も取り入れてもらえる機会が増え、仕事にやりがいを感じています。多職種でカンファレンスやケアの統一を図りながら仕事を進めることで達成感を共有できることも、回復期病棟の醍醐味だと思っています。

3年前に取得した法人内認知症認定看護師としての経験も患者さんとの関わりや行動抑制解除に向けた取り組みに活かすことができ、自分の強みになっていっていると感じています。

一歩踏み出す勇気をもらえる環境が白十字リハビリテーション病院にはあり、興味や関心、チャレンジ精神次第でなりたい看護師を目指しています。





白リハさんぽ

今回の白リハさんぽでは、地域医療連携課とコメント
下さった方々がいる場所をご紹介します！
白リハは1階から5階まであります。

地域医療連携課のご案内

私たちが
お答えします！



TEL: 092-891-2622

FAX: 092-891-2677

受付時間: 平日 9:00 ~ 17:00

病院について気になること、何でもご相談ください。

患者さんやご家族が抱える不安や疑問を解消するために、専門の
スタッフが患者さんの状況に合わせた、きめ細やかなサポートを
提供しています。患者さんが病院内外で直面する様々な課題に対
して、最適な解決策を見つけるお手伝いをいたします。
どんな小さな疑問や悩みでも、お気軽にご相談ください。

《ご相談内容》

- ・入退院のご相談 ・介護保険などのご相談
- ・各種医療機関からのご相談、診療紹介や検査照会など
- ・療養上のさまざまなご相談 ・認知症に関する相談など

看護師



川口 諒子

ソーシャル
ワーカー



渡部 令奈

ドクター
秘書



江口 陽子

医師



小川 さや香

わたしの 推し括！

いち押しの人やキャラクター
ハマっている事などを
職員の皆さんに
聞いてみました！

管理栄養士



草野 紗也

介護福祉士



下釜 恵子

作業
療法士



福田 冴江

看護師



鹿島 かのん

食事の前の予防習慣！

お口の健康のための嚥下体操

お口の健康維持は、食事の楽しみにだけでなく、誤嚥性肺炎など病気の予防に欠かせません。高齢者や脳卒中などの病気で飲み込みが苦手になってしまった方だけではなく、嚥下機能の低下は、誤嚥性肺炎などの重大な健康リスクとなります。予防策として嚥下体操を取り入れることをオススメします。食事前に下記の運動を朝昼夜に各1セット（合計3セット）行いましょう。

① ほほの運動（10回）

頬をふくらましたり、すぼめたりします。



② 舌の運動 1（30回）

舌を出したり、ひっこめたりします。



③ 舌の運動 2（30回）

舌を左右に出します。



④ 発音の運動（5回）



「ばばばば」
「たたたた」
「かかかか」
とゆっくり発音します。

お食事の前の
習慣にしましょう



言語聴覚士は
話す・聞く・食べる・認知
するといった機能がうまく
働かない方に対して適切な
リハビリテーションを実施
し、自分らしい生活が送れ
るよう支援する専門職です。

言語聴覚士
森 堪太郎

わたしが紹介します



社会医療法人財団 白十字会

白十字リハビリテーション病院

〒819-8611 福岡県福岡市西区石丸3-3-9

TEL:092-891-2611(代表) / FAX:092-891-2633(代表)

<https://www.fukuoka.hakujyukai.or.jp/reha/>



QRコード
@HAKU_REHA
インストールしています！

無料送迎バスをご利用ください

姪浜駅発着・橋本駅発着・白十字病院～白十字リハビリテーション病院間を運行しています。ぜひ、ご利用ください。

【運行日】月～金曜日

※交通・天候などの状況により、運休や遅れる場合がございます

バスの時刻表は
ホームページを
ご参照ください