

理学療法士を知ろう

リハビリテーションだより

はじめに

近年、リハビリやリハビリテーションという言葉は良く耳にし、「怪我や病気になったらリハビリをする」という考えも定着しつつあると思います。

そんな一般的に使用するリハビリテーションという言葉は、いつから使用されるようになったのか知っていますか？またリハビリテーションを専門に行う理学療法士について知っていますか？

今回、リハビリテーションの歴史を紐解きながらリハビリテーションを行う理学療法士について説明していきたいと思っています。

リハビリテーションの起源

リハビリテーション(rehabilitation)の語源は、ラテン語でre「再び」、habilis「人間らしい」、「できる」という語で、「再び人間らしく生きる」、「再びできるようにする」という意味があります。



リハビリテーションの歴史

現在は怪我や病気を治す目的で使用されるリハビリテーションですが、世界的に現在のリハビリテーションという言葉が使われるようになったのは、第一次世界大戦の戦時中から戦後とされています。

戦争で負傷した兵士を短期間で回復させ、再度兵士として復帰できるように行われた行為がリハビリテーションのはじまりとされています。

その後、リハビリテーションの目的が兵士のための職業再訓練に使用されるだけでなく、一般の人が生活全ての機能を発揮できること(再び人間らしくできること)へ拡大しました。

さらに現在においては、単に手足が動くようになるなどの機能回復のみではなく、生活の質(quality of life:QOL)の向上が重視され、現在のリハビリテーションへと普及しました。

理学療法士とは

理学療法士とはPhysical Therapist(PT)とも呼ばれ、一言でいうならば動作の専門家です。怪我や病気などで身体に障害のある人や障害の発生が予測される人に対して、基本的な動作能力(寝返る、起き上がる、座る、立つ、歩くなど)の回復や維持を目指します。

大きく分けて2つの治療方法を用いてリハビリを実施します。

● 運動療法

身体の一部または全体を動かすことで、関節可動域の拡大、筋力強化、麻痺の回復、痛みの軽減など運動機能に直接働きかける治療法です。

● 物理療法

温熱、寒冷、電気刺激等の物理的手段を治療目的に利用する治療法です。これを用いて対象者の機能回復や自立した日常生活の自立支援を行います。



理学療法士を知ろう

理学療法の対象

理学療法の対象者は主に運動機能が低下した人々ですが、そうなった原因は問いません。怪我や病気はもとより、高齢や手術により体力が低下した方々などが含まれます。

最近では運動機能低下が予想される高齢者の予防対策、メタボリックシンドロームの予防、スポーツ分野でのパフォーマンス向上など障害を持つ人に限らず、健康な人々に広がりつつあります。また、運動・動作の専門性を生かし、福祉用具の適用相談、住宅改修相談も行います。



重錘を使用した筋力訓練のリハビリ



左足に対して長下肢装具を使用した立位訓練のリハビリ



関節可動域訓練のリハビリ

理学療法士の活動する場所

理学療法士は怪我や病気になった方のみではなく、「赤ちゃん」から「お年寄り」までの人生の様々な場面でサポートします。

- 病院／診療所
- 障害者福祉センター／ハローワークでの就労支援／特別支援学級・学校
- こども～女性・アスリートのスポーツ支援
- 介護予防／健康促進／フレイル予防
- 通所リハビリテーション／訪問リハビリテーション
- 大学院／研究所／企業
- 市・役所／保健所／地域包括支援センター
- 災害時のリハビリテーション支援

当院における理学療法士の役割

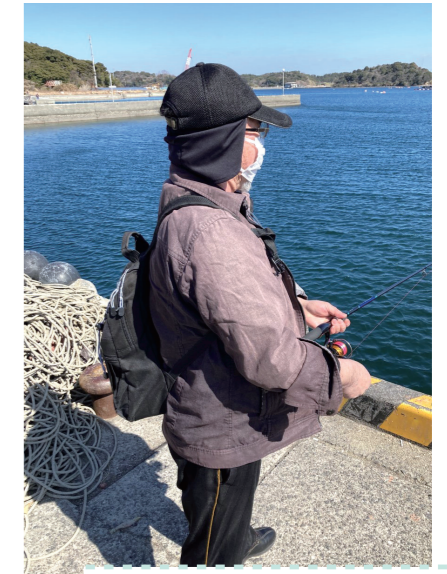
現在、当院には20名の理学療法士が在籍しています。一般病床・地域包括ケア病床・回復期リハ病棟・外来リハビリ、訪問リハビリ・通所リハビリと多岐にわたり、リハビリを実施しています。

具体的には、手足や背骨の骨折による筋力低下や歩行能力低下に対して、関節可動域訓練や筋力訓練、歩行訓練などのリハビリを行います。脳卒中という病気では後遺症として手足の麻痺等が認められる場合があるため、手足を動かす訓練や足に装具等を使用した歩行訓練などのリハビリを行います。

訪問リハビリでは、住み慣れた家での生活や通い慣れた道の移動を安心して実施できるように、自宅環境での訓練や環境整備、精神的なサポート等を行います。

通所リハビリでは、主体性のある自立・自律した生活が再獲得できるように運動や歩行訓練に加え、畑作業やゴルフなど自宅や地域での生活を想定した訓練を実施しサポートしております。

理学療法士の個の能力を生かしながら、医師・看護師・作業療法士・言語療法士・介護士・ソーシャルワーカーなどの多職種と連携し、その人らしく生活するための支援を行います。



訪問リハビリより、酸素療法を行いながらのリハビリ



リハビリ庭園にて屋外歩行訓練のリハビリ



通所リハビリテーションでのリハビリ

