

こんにちは

しています

理学療法士の吉澤です。腰部脊柱管狭窄症の既往があり、最近上・下肢の筋力低下や立位バランス能力の低下により、自宅での転倒が増えてしまっている N 様へのリハビリについて紹介します。

自宅では、トイレへの歩行や冷蔵庫から物を取り出す際に、歩行器歩行が必要となります。今回、歩行器の変更を多職種で検討し、前腕と体幹でも支持出来る歩行器を候補にあげ、歩行練習や立位バランス練習を実施してきました。ブレーキ操作や方向転換時の足の踏みかえなどは練習開始時より改善しましたが、N 様自身も自宅で安全に移動できるか不安があり、再度多職種で評価を行いました。実際自宅で使用すると予想よりも段差を越える事が困難で、操作に慣れている今までの歩行器を使用していく事になりました。

自宅では歩行器を持ち上げ段差をまたぐ必要があり、再転倒予防のため立位バランス能力や歩行能力の向上を目指し、今までより実際の生活場面に則した内容でリハビリに取り組んでいます。段差をまたぐ動作を意識した杖またぎ練習、立位バランス練習ではリーチ動作練習にあわせ机上にお手玉などを置き、「どう動けば安全にバランスよく立っていられるか」という状況判断の練習も行っています。N 様は気持ちが落ち込みやすく心配性のため、運動だけでなく気持ちを真摯に受け止め、前向きになるように鼓舞しながら、リハビリを実施しています。

今後も多職種と連携をとり本人の思いを大切にしながら安全に生活動作が行えるように支援していきます。



アロマトリートメント

アロマでは、日々の施術に精油を使ったオイルトリートメントを行っています。

アロマトリートメントを行うことで、鼻や肌から取り入れられる精油の作用に、肌に触れる

ことで得られる心地よさが加わり五感を刺激しながらリラックスやリフレッシュをしていただくことを目的としています。

むくみ、冷え、下肢静脈瘤など、ご利用者様の症状に合わせた精油を用いています。また、ベッド上だけではなく、車椅子での施術も行っています。



今月の1枚



アロマワックス

溶かしたロウに
お好みの精油を入れ
秋のモチーフを飾りました