



## こんなりハビリ

### しています



理学療法士の杉元です。今回は、誤嚥性肺炎により体力低下をきたし、妻の通所をきっかけに利用開始となったOさんをご紹介します。

Oさんは、自宅2階にアトリエがあり、大作を手がけていたこともある芸術家です。今年5月頃より食が細くなり、水分でむせることが多くなりました。熱発し誤嚥性肺炎で入院しました。以前にも同病名での入院歴があります。今回の入院前までは、自ら運転して絵画教室に通い、講師として活躍されていました。温泉好きで自宅で毎日入浴することも日課としていました。2階で絵を描けるようになりたい！自宅での入浴を続けたい！という本人の思いが叶えられるように、運動療法と言語療法を提供しています。

評価を行い、下肢・体幹の筋力や全身の耐久性の低下が見られました。座位姿勢は常に骨盤が後ろに傾き、背中や腰が丸まっています。股関節が開き、いわゆるがに股の状態となっており、姿勢を保持する筋力の低下が目立ちます。骨盤の前後方向への動きを出しながら、骨盤周囲や体幹の筋肉が効率よく使えるように練習しています。さらに骨盤を起こして背筋を伸ばした姿勢を保持しながら上肢を動かす練習を行っています。ボールを使用して股関節の内側の筋肉を働かせ、腹圧を上げる効果を狙った練習も実施しています。負荷量に留意しながらマシントレーニングも取り入れ、全身的な体力の向上を図っています。

嚥下機能の低下や声量の低下に対しては、言語聴覚士による口の体操、発声・構音練習、ブローイング(息を吹く練習)などを実施しています。会話や好きな歌を通して、しっかり声を出してもらい、安全な食事摂取が出来るように関わっています。

口腔機能向上のため、歯科衛生士の介入もあり、より多くの専門職が幅広い視点でサポートできる体制を整えています。体重低下も問題視しており、今後栄養面も含めた総合的なマネジメントを行い、心身機能の維持向上に努めていきたいと考えています。誤嚥性肺炎での再入院なく、自宅で本人の希望する生活が送れるように支援を続けていきます。

