

Step by Step

令和2年3月25日発行

STEP
17



《特集》

住み慣れた場所でいきいきと暮らすために～地域につなげるリハビリテーション～

- わたしたちの思い～脳卒中認定理学療法士～／つばやきいも販売のご紹介
- 病院からのお知らせ

ヒト



うら た あき お
浦田 彰夫 医師

プロフィール

日本大学医学部卒業。日本大学脳神経外科、金沢医科大学循環器科内科を経て、魚津市の医療法人で地域医療に従事し、2011年4月から富山県高志リハビリテーション病院（現・富山県リハビリテーション病院・こども支援センター）リハビリテーション科に勤務。日本リハビリテーション医学会認定専門医。日本摂食嚥下リハビリテーション学会認定士。日本医師会認定産業医。



●富山県のリハビリテーションを推進していく。 ～退院後も自分らしく生活するために、地域で支える体制づくり～

Q. リハビリテーション科医師を志したきっかけは何ですか？

A. 循環器内科医として血管内治療を専門としていましたが、実家の都合で地元の医療法人に戻ることになり、在宅医療を含む地域医療に14年間従事していました。在宅医として障害のある患者さんの生活期をみるなかで、急性期・回復期におけるリハビリテーション医療の重要性を痛感したことから、新たにリハビリテーション医を志し、専門医を取得しました。

Q. どんなことに力をいれて取り組んでおられますか？

A. 入院時に本人・御家族の意向を踏まえたうえでリハビリ目標を設定し、集中的なリハビリを行い速やかな自宅退院につなげることです。また、社会復帰を念頭に、運転評価や就労前評価を行い、可能なかぎり元の職場への復帰を目指しています。そして、退院後の早期復職が困難なケースには当院の富山県高次脳機能障害支援センターと協働で退院後も支援しています。退院時に運転再開が困難と評価された方には、外来で運転再評価を行いながら運転再開にむけて取り組んでいます。装具・車いすの処方・調整や、障害年金等の書類の相談など、リハビリテーション科では退院後自宅ですぐ脳血管患者さんの生活期のさまざまな問題に対応しています。令和元年度からは痙縮に対するボツリヌス外来も開設しました。

当院回復期リハビリテーション病棟では、脳血管障害片麻痺患者さんに早い段階から下肢装具やレール走行式免荷リフト等の補助装置を使用して歩行訓練を開始することで歩行可能となる方を多く認めますが、上肢は麻痺側上肢の機能回復を図る一方で健側上肢での日常生活動作訓練を行うために、麻痺側の手を使わなくても食事・更衣・整容・排泄などの生活動作が入院中に可能となります。このため退院後に障害のある手を積極的に日常生活で使わないことから、麻痺側上肢が使えない手になってしまう問題があります。ご飯は食べられるし、着替えもできるけれど、手はより細やかな動きが求められることから、動かない辛さを感じている患者さんも多く、なんとかしてあげたいと思うようになりました。そこで2年前から富山大学附属病院脳神経外科の柴田医師と当院の作業療法士の上肢機能グループとでチームを組み、回復期脳血管患者さんの上肢機能

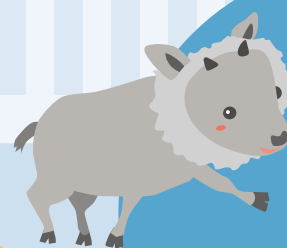
回復にむけ、経頭蓋直流電気刺激（tDCS）を取り入れた先進的な治療を開始しました。現在は、研究段階のため対象となる患者さんの同意をいただいたうえで実施していますが、有効性を証明して当院の標準的な治療の一つとして確立していきたいと考えています。そして退院後も麻痺側上肢の機能回復を希望する患者さんのために、将来的には当院一般病棟での入院治療プログラムの作成につなげることを目標としています。

Q. 富山県リハビリテーション支援センター副センター長として、大切にしていること、心がけていることは何ですか？

A. 当院は、富山県のリハビリテーションの中核病院として県民のためにリハビリテーション医療を推進する使命を担っています。そして、“障害のある子供や成人・高齢者とその家族が、住み慣れたところで、一生安全に、その人らしくいきいきとした生活ができるよう、保健・医療・福祉・介護及び地域住民を含め生活にかかわるあらゆる人々と機関・組織がリハビリテーションの立場から協力し合って行う活動のすべてを言う”と定義される“地域リハビリテーション”の啓蒙普及に取り組んでいます。2019年2月に定まった「富山県地域リハビリテーション支援体制」を生かし、まずは2025年の「地域包括ケアシステム」の実現に向け、行政や広域リハビリテーション支援センター、そして新たに指定された地域包括ケアサポートセンターや協力機関とともに、リハビリ専門職が地域と関わり活躍できる体制を構築したいと思っています。そして、障害のある方自身も地域リハビリの担い手となれることや、障害があってもその人なりの社会貢献ができる居場所があることが大切であると考えています。今後は富山・高岡・砺波・新川の各広域リハビリテーション支援センターの連絡調整会議にも積極的に参加し、地域の実情をより把握することで行政と一緒に前にすすんでいきたいと思っています。

**浦田先生の「リハビリテーション」外来は、
月曜・木曜（午前）です。**

新年度（4月）から変更になる場合があります。ご了承ください。
受診をご希望の方は、外来に電話等でご相談ください。



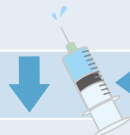
モ

手足の筋肉の緊張をやわらげる！ —ボツリヌス治療—

私たちが腕を曲げ伸ばしするとき、脳からの命令が脊髄を通して運動神経に伝わります。脳卒中、頭部外傷、脊髄損傷など、脳や脊髄が損傷した後遺症や、脳性麻痺などによる「けいしゆく痙縮（手足の筋肉がつっぱる、緊張や反射が強くて固い、動かしにくいなどの症状）」がおこると、日常生活に支障をきたします。また、痙縮の症状を長い間放っておくと、筋肉が固まってさらに関節の運動が制限される「こうしゆく拘縮」という症状につながることもあります。

手足の筋肉の緊張、つっぱりによって

- ・手が握ったまま開かない、手の指、手首が曲がって伸びない
- ・足のかかとがあがる、膝が内側に向いたり、曲がって伸びない
- ・肩やひじが固まって動かない、脇や股関節が開かない など



期待できる効果の可能性

- ・手や指の動作がしやすくなる（つかむ、はなすなど）
- ・歩きやすくなる、座りやすくなる、リハビリがしやすくなる
- ・手のひらやわきの下などが洗いやすくなり、清潔を保てる
- ・着替えやおむつの交換が楽になり、介護の負担が軽くなる
- ・痙縮による痛みがやわらぐ



関節が柔らかくなることで、日常生活動作や寝たきりの方の介護がしやすくなります。

ボツリヌス治療とは

まず服薬から開始して効果がみられない場合に、筋肉の緊張をやわらげる薬剤（A型ボツリヌス）を注射し、筋肉につながる神経の働きを抑えて痙縮をやわらげます。手術に比べて患者さんの心身の負担が少なく、日常生活の改善や介助量の軽減につながります。



注射の効果は通常 3～4 カ月程度で、繰り返し注射することになります。効果が続く期間には個人差があるので、医師と相談しながら次の計画を立てていく必要があります。

また、超音波検査などを使って正確な投与部位の位置を確認することで、深部の筋肉にも適切に薬剤を注入することができ、同じ薬剤の用量でも高い効果を示すことが可能です。そのため、専門の医師による診療が大切です。

●ボツリヌス専門外来（リハビリテーション科）

当院のリハビリテーション科では、筋肉のつっぱりや緊張が強い症状で困っている患者さんが、どの診療科を受診したらいいのかわかりやすくするために、ボツリヌス専門外来を行っています。リハビリテーション科の医師が、運動学、解剖学、筋肉についてなどの知識はもちろんですが、その人の日常生活を想定しながら、この障害の症状を診て評価する視点を大切にしています。また、小児整形医師と連携して脳性麻痺のお子さんにも治療を行っています。

筋緊張の変化に合わせて、装具の適合も変化した場合は、富山県義肢装具士と装具の調整も行っています。

ボツリヌス専門外来
月～金曜 午前





通所リハビリについて

2017年1月より、旧病院にある地域リハホール（旧運動療法室）において通所リハビリを行っています。対象は介護保険の要支援・要介護認定を受けられた方で、現在は定員30名／日として、総数72名の方がご利用されています。

1 概要

ご利用前にはご利用者の生活目標を話し合い、スタッフとご利用者、ご家族で目標の共通認識を図ります。80分のリハビリ内容としては、20分程度スタッフが個別訓練を行っています。その他マシントレーニングや、ご利用者またはご家族との自主練習も行ってもらいます。1人で歩くことができる方には活動量計を利用し、ご利用時間内でどれだけの歩数、どれだけの消費エネルギーがあったかを記録し、生活の中での活動量の目安としてもらっています。

当通所リハビリでは「してもらリハビリから自ら動きリハビリへ」というテーマのもと、ご利用者の自主性と自己管理を促し日常生活での健康管理に役立てていただきます。



ご利用の前後に体調のチェックを行います



機器トレーニング1



機器トレーニング2



作業療法を受けるご利用者



言語療法をご家族と共に受けるご利用者



トレーニング中にケアマネさんが見学されることもあります。

2 ご利用時間

1回のご利用時間は80分間で、3つの時間帯（9時～10時20分、13時10分～14時30分、14時40分～16時）を設けてご利用いただいています。当院では送迎を行っておりません。ご利用者またはご家族での送迎をお願いしています。ご家族の送迎はご負担もあるようですが、ご家族間の情報交換や競争意識・仲間意識が生まれ、良い刺激になっているようです。

3 スタッフ

配属スタッフは、これまで理学療法士3名と助手1名でしたが、2019年度より作業療法士1名、言語聴覚士1名が加わり、計6名体制でご利用者の幅広いニーズに応えられるよう臨んでいます。

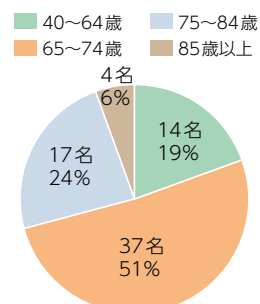


個別療法一部

4 年齢構成

年齢構成は、65～74歳が73名と一番多く、40～64歳が14名と比較的若い方が多く全体の70%を占めていますが、75歳以上の方も21名（最高齢90歳！）と幅広くご利用していただいています。

ご利用者の割合



ご利用をお考えの方は是非見学をお願いします。その上でご利用を希望される方は、ケアマネージャーを通しての申し込みとなります。ケアマネージャーにご依頼ください。



わたしたちの思い ～脳卒中認定理学療法士～



私は、一人ひとりの患者様と向き合うときに常に2つの立場を持つように意識しています。一つは脳卒中の専門家として、医学的な知識をもとに病気の状態を的確に判断する立場です。脳卒中の症状は人によって異なりますが、多くの方に後遺症が残ります。そのため改善の可能性を考慮ながら、退院後により安全で豊かな生活を送れるように、目標に優先順位をつけて練習を行います。この練習内容は、その時点で患者様が望む目標と異なることもありますが、“退院後”に少しでも良い生活を送れるように考えています。

もう一つの立場は、一人の人間として、相手の助けになれるように寄り添う立場です。多くの患者様は前兆なく脳卒中を発症し、今まで動いていた手足が動きにくくなったり、身体のあちこちが痛かったり痺れたりしてしまいます。私たちは同じ症状を体験して完全に理解することはできませんが、医学的な知識や今までに関わった患者様方のお話をもとに、その大変さを想像することはできます。相手を感じていることを理解しようとして、どのように接することが、より助けになれるかを常に考えています。

私たちがができることは患者様の支援です。思うようにいかないことが多くあり、悩みをかかえる患者様方が“自らの力”で何かを成し遂げるための小さな助けにしかねません。しかし、その小さなことの積み重ねがきっと実を結ぶものだと思信じて、日々取り組んでいます。

福元 裕人



大好評販売中！ ジューシーなつぼやきいも♪



2019年11月から毎週木曜日、病院の正面入口前にて「つぼやきいも」を数量限定で販売中です。まごころを込めて、高志ワークセンターの皆さんが作っています。特注の大きな「つぼ」でじっくり、ゆっくりと炭火で焼かれた「つぼやきいも」はクリームのようにネツリとした食感で、甘くてジューシー！芋にもこだわり、入手困難な熟成芋の「あんのないも安納芋」と富山県産の「紅はるか」を使用しています。安納芋は水分が多く、生でも糖度が16度と非常に高いですが、焼くとさらに40度にまで高まるので、もはやスイーツのような甘さ！また、紅はるかは比較的新しい品種ですが、ネツリとしていて滑らかな口当たりです。大人気で、販売開始15分で売り切れることも！

当院にこられた際は、今までのやきいもとは一味違う「熟成いもの味」をぜひお試しください！



つぼやきいも販売

日時：毎週木曜日 12：00～16：00

*売り切れ次第、販売終了

場所：当院の正面入口前（総合受付付近）

お問合せ先：高志ワークセンター（076-438-4502）まで



● 病院からのお知らせ

*変更になる場合もありますので、詳細は、ホームページまたは、総合受付横の案内板でご確認ください。

現在、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)拡大防止のため、教室等の開催を中止・延期している場合があります。申し訳ありません。ご了承ください。

なお、令和2年度の各教室の予定は下記の通りです。実施、詳細については、お電話にてお問合せください。

令和2年度の行事予定

- 脳卒中リハビリテーション家族教室（月1回：火曜日または水曜日 13：30～終了時間は開催日によって異なります。）
- 脊髄損傷リハビリテーション家族教室（年2回：水曜日 13：30～16：20）
- 糖尿病家族教室（月4回：火曜日 13：30～14：50）
- 発達障害の支援講座（月1回：第2または第4火曜日 14：00～15：30）
- // 保護者サロン（月1回：水曜日 10：00～12：00）
- 高次脳機能障害家族教室（年6回：奇数月第4水曜日 13：00～14：00）
- // ほのぼのサロン（月1回：第3火曜日 11：00～12：00）
- // ピアカウンセリング（月1回：第4水曜日 14：30～）
- // 小児のこども家族グループ（年2回：8月、12月 土曜日 13：00～16：00）

● 外来診療案内 受付時間【午前】8:30～11:00【午後】13:00～15:00 診療時間 9:00～17:00

令和2年3月1日現在

診療科	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
リハビリテーション科	●		●		●		●		●	
内科	●		●		●		●		●	
脳神経内科	●	●		●	●	●	●	●		●
整形外科	●		●		●		●		●	
脳神経外科	●			●	●		●	●	●	
泌尿器科					●	●	●	●		
精神科				●						●
皮膚科						●				
眼科										休診中
耳鼻咽喉科				●				●		
歯科	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
小児整形外科	●	●	●		●		●		●	
小児神経科	●	●	●	●	●	●		●	●	●
子どもの心（児童精神科）			●		●	●	第2・3・4	●	●	●

※専門外来（糖尿病、甲状腺、嚥下、腎臓・高血圧、パーキンソン病、非侵襲的脳刺激治療、義肢・装具、高次脳機能、ボツリヌス）については、ホームページの案内をご確認ください。

※令和2年4月からの外来診療案内は変更がある場合がありますので、お電話にてご確認のうえご予約願います。

● 交通アクセス



■ あいの風とやま鉄道線東富山駅下車、東富山駅より地铁バス
東富山駅より地铁バス→リハビリセンター行乗車、終点下車

■ 北陸自動車道

金沢方面＝富山西ICより国道8号線方面へ向かい、本郷西交差点右折、国道8号線新屋交差点左折
新潟方面＝滑川ICより国道8号線方面へ向かい、稲泉交差点左折、国道8号線新屋交差点右折

■ 富山駅南口バスターミナルより地铁バス(所要時間約30分) リハビリセンター行 乗車、終点下車

富山地方鉄道 路線バス時刻表

令和2年2月1日改正

平日(月～金曜日)ダイヤ

リハビリセンター行き

(下赤江・豊若町・済生会病院経由)

中央病院行き

(下赤江・富山駅前経由)

土曜・日曜・祝日(8月14日～16日)(12月30日～1月3日)ダイヤ

リハビリセンター行き

(下赤江・豊若町・済生会病院経由)

中央病院行き

(下赤江・富山駅前経由)

富山駅前	県リハビリセンター南口 (ワークセンター前)	県リハビリセンター (新病院正面玄関前)	富山駅前	富山駅前	県リハビリセンター南口 (ワークセンター前)	県リハビリセンター (新病院正面玄関前)	富山駅前
8:00	8:28	9:06	9:40	8:10	8:38	9:31	10:00
9:15	9:46	10:06	10:40	9:30	9:58	10:16	10:45
10:55	11:26	11:36	12:05	11:30	12:01	12:06	12:40
12:25	12:56	13:06	13:35	12:30	13:01	13:06	13:40
13:55	14:26	14:36	15:05	14:30	15:01	15:06	15:40
15:55	16:26	16:56	17:25	16:20	16:51	17:06	17:40
17:25	17:56	18:19	18:50				

※4月1日改正予定のため、富山地方鉄道線のホームページにてご確認ください。



病院の情報をもっと知りたい方は、ホームページにアクセスしてね！



【お問合せ先】

◆ 富山県リハビリテーション病院・こども支援センター

〒931-8517 富山県富山市下飯野36番地 ☎(076)438-2233(代)

ホームページ <http://www.toyama-reha.or.jp>