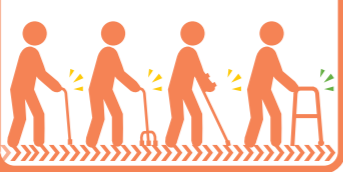


歩行補助具 杖と歩行器



歩行補助具は、痛みを軽減したり、筋力やバランス能力を補助したりするために使用します。



四角杖

対象者
一本杖ではバランスがとり難い方。

- 良い点 一本杖より支えがしっかりしている。
- × 悪い点 不整地(砂利道など)や坂道に不向き。



ロフトランド杖

対象者
握力・肘を伸ばす力が弱い方。

- 良い点 腕と手で身体を支えられる。
- × 悪い点 柄が長く持ち運び・置き場が難しい。

歩行補助具を正しく使用すると？

- 転倒を防ぐことができる。
- 歩く能力を維持できる。
- 活動範囲を維持・拡大できる。



主な歩行補助具の種類

杖類：腕の力が比較的強い方が使用する。様々な形がある。
歩行器：杖ではバランスが悪く、身体を支えることが難しい方が、主に室内で使用する。



ピックアップ歩行器

対象者
歩行が不安定で室内で安全に移動したい方。歩行器の持ち上げの際、肩や肘の運動に問題がない方。

- 良い点 両手で支えられる。
- × 悪い点 小回りが利かない。

T字杖

対象者

家の中では生活が自立しているが、外出時の歩行に不安のある方、片麻痺・腰膝の痛みがある方など。

- 良い点 軽い、持ち運びやすい
- × 悪い点 置いた時に倒れやすい

自分に合った歩行補助具を使いましょう!
詳しくは、理学療法士へご相談ください。

ワンポイントアドバイス!

パーキンソン病とリハビリ体操

パーキンソン病は神経性の難病で、60歳以上では人口100人当たり1人と多くの患者さんがいます。今回はパーキンソン病の主な症状や、それを改善するためのリハビリ体操などについてご紹介します。

パーキンソン病とは

パーキンソン病は、神経伝達物質であるドパミンの量が減ることによって神経伝達に障害が生じ、症状があらわれます。

主な症状

- 手、足、顎の震え
- 動作が遅い、動けない
- 気分の落ち込み等



主な治療法

- 薬物療法
症状に応じて複数の薬を組み合わせて服用します。病気の進行を遅くしたり、症状を和らげます。
- リハビリテーション
薬物治療と並ぶ治療の重要な柱です。歩行や動作障害などの症状を軽減することが目的です。

リハビリ体操

筋肉や関節のこわばりを改善したり、足腰の筋肉を強化するリハビリ体操は、続けることで転倒しにくい体づくりにもつながります。

体幹の体操

- ① 椅子に座る。
 - ② 手で反対側の脚先を掴む。
 - ③ ゆっくり10まで数える。体のひねりを意識する。
- ※ ②～③を左右行います。



主治医の指示に従い、無理のないように行いましょう。

監修：理学療法士

地域リハビリ研修会

2023.11.17
第1回 高齢期の運動器障害
～骨粗鬆症を中心に～
治療薬について

今回の地域リハビリ研修会は、4年ぶりに当院で開催し、骨粗鬆症予防について、佐々木医師と小原薬剤師が講演しました。その後、FRAX(骨折危険度の判定)を行ったり、ロコモ度テストで体力チェックをしたりしました。



ニュース

2023.11.6
永年勤続表彰

11月4日は、当院の開院記念日です。今年で37年を迎えました。勤続20年・10年・5年の職員の表彰を行いました。



2023.11.8
令和5年度(広島医師会館)
第2回 脳卒中地域連携の会

当院が事務局を務め、岡本隆嗣病院長がリハビリにおけるICF(患者さんの状態を把握するためのツール)の活用について、講演を行いました。



2023.11.17
広島市優良技能者表彰

当院の小林稜子理学療法士が、長年同じ職業に従事し、技術や後進の育成に努めたとして、広島市より広島市優良技能者表彰を受けました。



2023.11.22
花の丘WEB作品展

当法人の「介護老人保健施設花の丘」作品展を今年度もWEBで開催しています。ぜひご覧ください。



職員採用のお知らせ

採用



にゅうがく よしあき
入学 義明
(看護師)
西館 2階

11月の辞令です。
よろしくお祈りします。



[発行・編集]

(財)日本医療機能評価機構認定病院 西広島リハビリテーション病院 事業局
〒731-5143 広島市佐伯区三宅6丁目265番地
TEL : (082)921-3230(代) FAX : (082)921-3237
https://www.welnet.jp E-mail: wel@welnet.jp



12月

行事についての詳細は院内掲示をご覧ください。職員にお問い合わせください。

1	金	仏滅
2	土	大安
3	日	赤口
4	月	先勝
5	火	友引
6	水	先負
7	木	仏滅
8	金	大安
9	土	赤口
10	日	先勝
11	月	友引
12	火	先負
13	水	大安
14	木	赤口
15	金	先勝
16	土	友引
17	日	先負
18	月	仏滅
19	火	大安
20	水	赤口
21	木	先勝
22	金	友引
23	土	先負
24	日	仏滅
25	月	クリスマス
26	火	赤口
27	水	先勝
28	木	友引
29	金	先負
30	土	仏滅
31	日	大晦日
1	月	元日
2	火	先勝
3	水	友引