

退院後の生活に向けた支援

～回復期リハビリテーション病棟の多職種によるアドバイス～

回復期リハビリテーション病棟は、患者さん・ご家族が今後の生活をできるだけスムーズに過ごすことができるよう、さまざまな準備を行うところです。リハビリ訓練を提供する療法士の他にもたくさんの専門職が配置され、患者さん・ご家族の退院後の生活に向けて、アドバイスを行っています。



薬

薬剤師（副主任）
かわなみ ひろみ
川浪 浩美

Q- どんな支援を行っていますか？

退院後に服薬されるお薬の内容や服薬方法を、ご本人やご家族に説明します。

Q- 飲み忘れを防ぐための工夫は？

朝食を抜く習慣がある方は朝食後の薬を飲み忘れたり、お仕事に出られる方は薬を持って出るのが忘れたり、といったことが起こりがちです。その方の生活スタイルに合わせたアドバイスをするために、ご本人からよくお話を伺います。どうしても飲むのが難しい場合は、先生に相談して、お薬の時間を変えてもらうことも考えます。私達は患者さんに接する機会が少ないので、患者さんのことをよく知るためにチームの他のメンバーに話を聞いたり、記録を確認したりして、常に情報収集を行っています。

市販の投薬カレンダー ▶
利用することもあります。
飲んだか飲んでいないかが目に見えて分かりやすく、飲み忘れ防止に役立ちます。



Q- 心がけていることは？

患者さんに、自分のことなんだという意識を持っていただくことが大切です。そのためにも、お薬の内容をしっかりと把握でき、これを飲んで良くなるう！と思ってもらえるような説明をするのが、私の仕事だと考えています。



食事

管理栄養士
なかにし あやか
中西 彩佳

Q- どんな支援を行っていますか？

必要な方に対して、塩分やカロリーの制限などの食事療法や、嚥下食など特殊な食形態の作り方の説明を行います。

Q- 分かりやすく伝える工夫は？

お食事にとろみをつける方法を説明するとき、実際に料理を何品か持って行って、とろみをつけるのを体験してもらっています。お料理は種類によって水分量が全く違い、この量に対してとろみ剤を何杯、とは言えないところがあるので、実際にとろみをつけてみて、「このぐらいですよ」という感覚を掴んでもらうようにしています。

食事療法や食形態の説明を書いた本院作成のリーフレット。

市販のパフレットを使って市販品の紹介をすることもできます。



Q- 心がけていることは？

やはり食事は生活の楽しみですから、作る方も食べる方もストレスにならないよう、無理なく継続できる方法を一緒に見つけられたらと思っています。これを食べたらダメ、ではなく、食べるならこういう風に気を付けて、という言い方にしたり。例えば、ラーメンのスープは半分くらい残すようにしてみましょとか、「それならできるかな」という方もいらっしゃいますよ。



医療管理

看護師（師長）
ながみ あかね
永見 茜

Q- どんな支援を行っていますか？

ご自宅で胃瘻や導尿、吸引、インシュリン注射などの医療管理が必要な方に対して、その方法や注意点を説明します。

Q- 分かりやすく伝える工夫は？

ご本人の状態・介護度・サービスをどのくらい利用できるか・ご家族のライフスタイルなどから、その方にはどのような方法が適切なのか、まずチームでしっかりと検討します。初めてで難しいと思われるものは、病院のシミュレータを使って練習してもらうこともあります。また、最近、新しく介助指導のパフレットを作成しています。手技面で統一した説明ができますし、ご家族にとっても後で振り返って読むことができ良いのではないかと思います。



▲ 本院作成のパフレット

患者さんのおなかにあててインシュリン注射の練習ができるシミュレータ。



Q- こんなアドバイスもしています！

脳卒中の再発予防や基礎疾患の管理のために、かかりつけ医を決めることをお勧めしています。普段の生活で具合が悪くなったり相談したいという時のために、近所で身近なお医者さんを選んでいただくのが良いですね。



環境調整

医療相談員
すぎたに さやか
杉谷 沙耶香

Q- どんな支援を行っていますか？

ご自宅で生活動作がスムーズにできるよう、住宅改修や福祉用具を利用した環境調整のご提案をします。

Q- 心がけていることは？

よりご本人やご家族がご自宅で動作を快適にできる方法をご提案したいと思っています。ご自宅への外出訓練の時に同行させていただいて、実際の場面で動作確認をしながら、こういうものがあるといいと思いますよなど、提案させていただきます。

当院の手すりや福祉用具のサンプルを持って行って動作確認してもらうこともあります。これは角につけるタイプの手すりです。



Q- こんなアドバイスもしています！

環境調整は必要かどうか、工事するのか福祉用具で対応するのかなど、なかなか決められないという方も多いです。そんな時は、可能な限り最初はしっかり環境調整をしましょうとアドバイスをします。いざ困ったという時にすぐに対応できないよりも、まずは福祉用具などをしっかり使って生活してみて、不要であれば返せばいいですからねと。手すりなどは、とりあえずレンタルの福祉用具を置いてみて、続けて使うかどうか、もしくは工事をして取り付けってもらうかなど、後で決めてもらってもいいと思います。