

マキノ病院ニュース

第138号

— 令和7年8月1日発行 —

当院のリハビリテーションを

改めてご紹介いたします

リハビリセンター長 笠原 壽人

今年の4月からリハビリセンター長を拝命しております。

仕事の内容はこれまでと何も変わっていませんが、私自身はこれまででもリハビリに深くかかわらせていただき、セラピストの職員にはいろいろとお世話になつてきました。その割合が少し増えていることになりました。

この機会に改めてマキノ病院のリハビリの仕組みとちよびり自慢も述べたいと思います。まずマキノ病院には理学療法士、作業療法士、言語聴覚士を合わせて現在31名が在籍しています。野球の甲子園大会にその予選からもかわつてくる者もおります。

災害対策J-RATで例えば能登半島地震の震災後にその地で活躍していたものもおります。びわこマラソン、高島市内での野球やハインドボールのチームにかかわるものもいます。こういう経験が彼らの力になつていのは疑いありません。信頼のおけるチームになつ

ています。

理学療法士などの役割は完全に分業化されているわけではないのですが、おおむね次のようになります。

理学療法士（PT）は、運動機能の回復をお手伝いします。起きる、歩く、座る、寝返るなど、日常の基本動作を取り戻すのをお手伝いします。スポーツへの復帰もその仕事です。

作業療法士（OT）は、応用動作と社会適応能力の回復をお手伝いします。食事、料理、排泄、車いす移乗、入浴や、仕事・スポーツへの復帰などです。

言語聴覚士（ST）は、脳梗塞後などに言語を取り戻したり、食事の際の嚥下能力を取り戻すお手伝いなどをします。

また病院での彼らの活躍の場はおおむね以下のようになります。

①外来リハビリ ②入院リハビリ ③通所リハビリ（デイケア） ④訪問リハビリ

このうち通所リハビリと訪問リハビリは介護保険を利用したリハビリです。要介護認定を受けられた方が利用されます。ケアマネージャーの方が計画してくれるサービスの一つです。外来リハビリや入院でのリハビリは医療保険を使っています。

③通所リハビリには分かりにくいところがあると存じますので、ここでご紹介いたします。要介護認定を受けられた方で通院することが難しくなれた場合に利用が検討されます。要介護の方は自宅と病院間の送迎があります。当院の通所リハビリの長所として、一般には3か月程度で終了する個別リハビリを継続して受けられることが挙げられます。また体調を崩された場合も病院施設内ですので、すぐに診察できるといことも利点の一つと考えています。老人施設に入所する前に、通所リハビリという選択肢があるかなと思います。

通所リハビリと訪問リハビリは介護保険を使います。医療保険を使ったりリハビリと、介護保険を使ったリハビリは同時には利用できないというルールがありますが、「こちももしてほしいのに」というお声を聴くこともあります。そのほかにも保険診療ではリハビリにおいても細かいルールが規定されていて、利用期間や、単位数の上限も決められており、我々はそのルールの中でしか診療を行えません。しかし、そこは「何がその方に一番必要であるか」が最も重要です。ので、いつも早急な対応を心掛けています。

現在育児休暇などでリハビリの担当者が一時的に少なくなつていて、ご満足がいただけない頻度のリハビリが行えていないところがあるかもしれません。申し訳ない気持ちでおります。また、経験の浅い若いものを皆さんに育てていただいていることを改めて感謝申し上げます。

これからも、調子の悪いことがあればいつでもご相談いただきますようお願いいたします。

診療科のご案内
内科・外科・小児科・整形外科・皮膚科・神経内科・総合診療科
肛門外科・泌尿器科・リハビリテーション科・リウマチ科・放射線科
【救急指定・労災指定】【人間ドック・各種健診】

— 診療受付時間 —

平日 8:30 ~ 12:00 16:40 ~ 19:00 土曜日 8:30 ~ 12:00

滋賀県高島市マキノ町新保 1097 TEL 0740-27-0099

ホームページ <http://www.makino-hosp.or.jp>

ドクターコーナー



我が国のかかえる高齢化社会において、健康寿命の延伸や介護予防の視点から注目されている栄養素についてお話をさせていただきます。

栄養素とは正常な生命活動維持のために体内に取り入れる物質であり、糖質・タンパク質・脂質・ミネラル・ビタミンがあります。それ

ぞれが健康維持に必要な不可欠なものであります。最近注目されている高齢者にとって関連の深い栄養素の一つであるビタミンB群のお話です。ビタミンB群には8種類あり、B1、B2、B6、B12、ナイアシン、パントテン酸、葉酸、ビオチンがあ

いるものでは、倦怠感、食欲不振、手足のしびれなどの末梢神経障害、下腿浮腫などの症状をきたす脚気（B1欠乏）や皮膚疹、下痢などの消化器症状、うつ、イライラなどの精神症状をきたすペラグラ（ナイアシン欠乏）などがあります。

高齢者とビタミンB

内科 寺尾 晃一

ります。主に代謝に必要な栄養素で糖質の代謝にはB1、脂質の代謝にはB2、たんぱく質の代謝にはB6といったものです。

これらビタミンB群の欠乏でいろいろな病態が引き起こされることが分かってきており、以前から知られて

最近の話題では、高ホモステイン血症というものが、これが認知症や動脈硬化などの血管障害の危険因子とされており、高齢者における臨床の場では、重要視されるようになってきました。

ホモステインというアミノ酸の

代謝には B6、B12、葉酸が関与すると言われており、それらが欠乏することで、アルツハイマー型認知症、動脈硬化や糖尿病のリスクが増える傾向にあります。また個別的にはB1欠乏症による認知症としてウェルニッケコルサコフ症候群、葉酸欠乏症による認知症として前頭・側頭型認知症が有名であります。アンチエイジングの話題では、抗酸化作用のあるビタミンCが有名と思いますが、ビタミンB群も、『酸化ストレス』を抑制することでアンチエイジング効果を示唆されております。

現在の高齢化社会と核家族化による独居などの生活環境により、高齢者の偏食によるビタミン欠乏症が増加していると言われて

います。人生100年と言われるこの時代、出来るだけ健康でいられるためにもビタミンという栄養素も考えた食生活を考えてみてはどうでしょうか。また、ビタミンB群およびCに関しては、水溶性ビタミンであり、汗による消失も多い性質も持っています。この暑い夏場しっかりとビタミン摂取を意識した食生活を心がけましょう。

