

こころ、かるく

KOKORO KARUKU
TOSHIDA MEDICAL CORP. KUMEDA HOSPITAL PUBLIC RELATIONS MAGAZINE

第18号

2024 秋冬

トイレにひとりで行けるように…。家で困らないように…。
退院後の生活を見据えたりハビリテーションを実施。

【脳血管疾患】【運動器疾患】【廃用症候群】 精神科でできる、疾患別リハビリテーション



THEME 1 | 疾患別リハビリテーションの取り組み

THEME 2 | 作業療法室の取り組み

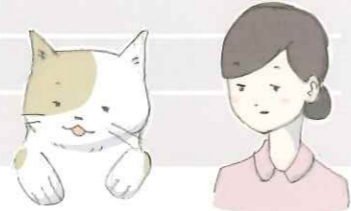
トイレにひとりで行けるように…。家で困らないように…。退院後の生活を見据えたりハビリテーションを実施。

【脳血管疾患】【運動器疾患】【廃用症候群】 精神科でできる、疾患別リハビリテーション

THEME 1 疾患別リハビリテーションの取り組み

「疾患別リハビリテーション」とは、特定の疾患に対応したリハビリで、医師が必要と判断した場合に介入するリハビリテーション。次のような5つの分類があります。

- 脳血管疾患リハビリテーション
- 廃用症候群リハビリテーション
- 運動器リハビリテーション
- 呼吸器リハビリテーション
- 心大血管疾患リハビリテーション



入院は心と体を休め、回復するための大切な時間です。日常生活に復帰する日のために、回復を助け、機能低下を防ぐためのリハビリは欠かせません。久米田病院においても、長年作業療法による精神科リハビリテーションを行っていましたが、2024年2月より、精神科病棟にて【脳血管疾患】【運動器疾患】【廃用症候群】の『疾患別リハビリテーション』を開始しました。日常生活に戻った時に少しでも困らないように…。精神科専門病棟の「リハビリへの取り組み」をご紹介します。

POINT

精神科病棟に入院している方で、上記の疾患をお持ちの方に向けたリハビリです。もともとの精神疾患による様々な特性もあるため、それらにも十分配慮した上で行います。

取り組み

1 個別リハビリ

病院内に疾患対応の機材を設置したりハビリ室が完成(2023年夏)。1対1でその方の能力の課題に合わせたリハビリを行います。

2 連携チームで対応

医師、看護師、精神保健福祉士、理学療法士、作業療法士と多職種で連携し、その方がよりよく生活していけるよう考えていきます。



内容

▶ 身体機能へのアプローチ

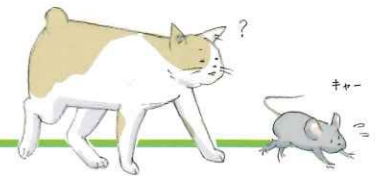
加齢によるバランスの低下、関節・筋力の低下などに対して、歩行練習や筋力増強運動などを行います。
● 病棟看護師とも情報交換を行い、患者さん一人ひとりに必要なリハビリを見極めていきます。

▶ 社会生活を目指した日常生活動作練習

着替え、身だしなみ、入浴、トイレなど、生活していく上で必要な動作(ADL)ができるように練習を行います。
● 転倒防止にもつながり、自立度があがります！

▶ リフレッシュを兼ねた体力づくり

院内の歩行練習だけでなく、応用的な歩行練習を屋外で行うことで、ストレスも解消！
● 気分転換しつつ、体力アップを支援します。



久米田病院でできる疾患別リハビリテーション

脳血管疾患 リハビリテーション

対象疾患
脳梗塞、脳出血、パーキンソン病、高次脳機能障害 など

運動器疾患 リハビリテーション

対象疾患
骨折、変形性関節症、リウマチ、運動器不安定症 など

廃用症候群 リハビリテーション

対象疾患
急性疾患に伴う安静により一定以上の基本動作能力、応用動作能力、言語聴覚能力及び日常生活能力の低下がみられるもの

THEME 2 作業療法室の取り組み

作業療法は、心身機能の回復・維持・低下防止のため、精神と身体の両面からアプローチをしています。デイケアでも利用することができます。プログラムだけがリハビリでなく、毎日あるいは決まった日に「通う」こともリハビリです。予定を作ってリズムある生活を送ることが、大きなポイント。医師、看護師、作業療法士、公認心理士がチームとなり、ひとりひとりのニーズに合わせたリハビリテーションを行います。

😊 精神科病棟★作業療法室より
遊びやモノづくりから運動、日常生活に関わる作業まで幅広く取り組んでいます。それぞれの方が、その人らしく、より良い生活が送れるようにサポートします。

😊 認知症治療病棟★作業療法室より
レクリエーション活動や、転倒防止体操、嚥下体操、回想法によるお話の会、手芸・工芸などなど…色んな活動を通して、安心した生活環境を感じてもらえるように心がけています。

「こころ・かるく」ごはん

カラダとココロに効くレシピをご紹介します。

管理栄養士 岸田 紫



こころ・かるくセラピー ～カラダとココロに効くアクティビティ～

VOL. 1 カラオケ



久米田病院では最新カラオケ機器を導入！みんな喜んでます。

【目的】病棟やデイケアなどで、よく行われているカラオケ。もちろん趣味や楽しみでもあります。実は音楽療法といって、臨床研究結果をベースに、世界中の医療・福祉・心理・教育の現場で行われ、効果を上げている臨床行為のひとつなのです。

【効能】音楽を聴くと、リラックスできたり、自然とリズムに合わせて体が動いたり、懐かしい曲を聞くことで昔のことを思い出して会話が活発になったりと、脳の活性化や自己表現の機会ともなっています。また歌う順番を決める、拍手をするなど、コミュニケーションの活性化にもつながっています。

ひと彩々

精神科一般病棟看護師長 大松 順子



編集後記
愛車の走行距離が20万Kmを突破！特に不便はないものの、点検・整備に出してみました。するとあちこちに劣化が発見され、整備後は驚くほどに快適に。存在が身近すぎると、ちょっとした不調は体感しにくいと実感しました。健康や家族、人間関係にも同じ事がいえるのかもしれない。「身近で大切な存在のメンテナンス」、オススメです！(飯阪)



こころおだやか&お手軽！

おあげさんde焼きコロッケ

鉄分不足だと、憂鬱な気分が続いたり、思い悩んだり。「おあげさん」=油揚げには、たんぱく質・カルシウム・鉄・ビタミンEが入っており、じゃが芋に含まれるビタミンC・動物性のたんぱく質と一緒に摂ることで鉄分の吸収率がアップします！



【材料】(2個分)

- ・合挽ミンチ …………… 100g
- ・じゃが芋 …………… 180g(2ヶ)
- ・玉ねぎ …………… 30g(1/6ヶ)
- ・油揚げ …………… 25g(1枚)
- ・しお …………… 少々
- ・こしょう …………… 少々


【1個あたりの栄養素】


- ・エネルギー …………… 257kcal
- ・たんぱく質 …………… 13.8g
- ・脂質 …………… 15.2g
- ・食物繊維 …………… 6.6g
- ・食塩相当量 …………… 0.1g

作り方

- 1 じゃが芋の皮をむき、8等分に切り水にさらす。
- 2 玉ねぎはみじん切りにする。
- 3 耐熱のボウルにじゃが芋・玉ねぎ・合挽ミンチを入れ、電子レンジ600wで5分加熱する。
- 4 油揚げは菜ばしを数回転がし、半分に分けて開いて袋状にし、裏返す。
- 5 ③に塩・こしょうを加え、マッシャーでつぶし2等分に④に詰める。
- 6 アルミホイルにのせトースターで3分程焼く。裏返してさらに3分焼き焦げ目をつける。

久米田病院のクメダさんが、よくあるご質問にお答えします

Q 夫は大のリハビリ嫌い。すぐ、ふてくされるので、リハビリの先生にも申し訳なくて、連れていけない。 

A 先生のことは気にせんでいい!
患者さんの言葉を先生に伝えてあげて! 

リハビリを嫌がる患者さんは一定数いるので、理学療法士も慣れてます。お気遣いはありがたいですが、それで通院をやめないで!ふてくされていても、リハビリに行ったことを褒めてあげて下さいね。また、嫌がる理由も様々なので、お家でリハビリのことで「痛い」とか、何か言った場合には、ぜひその言葉を病院に伝えてあげてください。

2024年7月、訪問看護ステーション「うらら和泉」をオープンしました!

訪問看護ステーション「うらら」に続き、「うらら和泉」を設立しました。和泉市、岸和田市、泉大津市、高石市、忠岡町、他周辺地域の方を対象として、必要に応じた支援をさせていただきます。ご本人、ご家族の方々、支援者の方々、日頃の療養生活におけるお悩みなど、まずはお気軽にご相談下さい! オープニングスタッフは、経験豊富な5名の看護師たちです。よろしく願います!



病院物語 久米田

秋のだんじり祭り「新館」

平成14年に開設された「新館」建設中の、秋のだんじり祭りのひとコマ。昔も今も、病院の前に曳行されて来ます。太鼓や笛、曳き手たちの力強い掛け声が近づいてくると、患者さんも職員もソワソワ。いよいよ近づくと、病院の玄関前はまさに特等席! どの曳行場所よりも間近に、勇壮な姿を楽しめます。



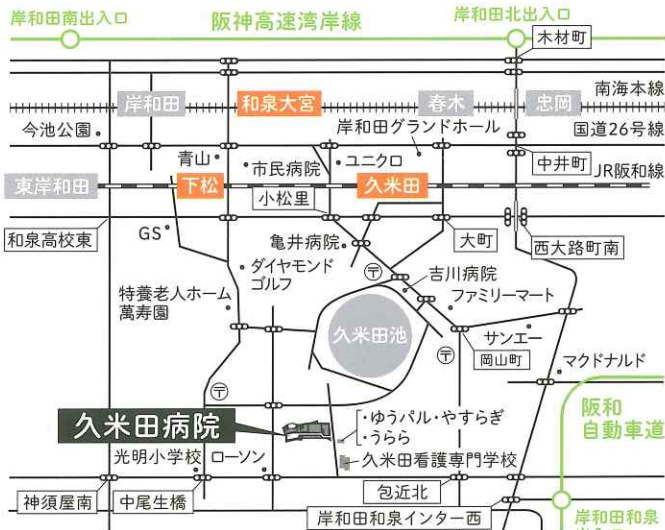
外来診療時間のご案内

診療日時 ▶ 月曜～金曜 9:00～12:00
休 診 ▶ 土曜・日曜・祝日

診療科目 ▶ 精神科、神経内科、内科

※ 診察が始まる時刻は、状況により多少変動いたします。
※ 再診の場合は、午前8時より受付いたします。

アクセス



電車で

JR 阪和線「久米田」駅より、車で約8分
JR 阪和線「下松」駅より、車で約8分
南海本線「和泉大宮」駅より、車で約15分

車で

阪神高速湾岸線「岸和田北」出口より車で約20分
阪和自動車道「岸和田和泉」出口より車で約15分

無料送迎バスのお知らせ



時刻表 ★は土日祝も運行。●は土日祝のみ運行。

南海和泉大宮駅発	JR 下松駅発	JR 久米田駅発	久米田病院発
★ 8:00	★ 8:10	【乗り場】 南海バス久米田駅前 停留所付近	【乗り場】 あおば薬局前
9:40	9:20	9:55	9:20
● 9:50	9:50		● 9:25
15:50	★ 10:00	【乗り場】 ふじ本歯科 駐車場前	9:40
	10:45		10:35
	11:15		11:05
	11:45		11:35
	12:10		12:00
	12:40		12:30
	13:10		13:00
	13:40		13:30
	14:40		14:30
	16:00		15:30
	● 16:10		★ 17:15

医療法人 利田会 施設一覧

関連施設

- ▶ 久米田看護専門学校 ▶ 宿泊型自立訓練事業「あかやま」 ▶ 就労継続支援B型事業「カーネーション」 ▶ 訪問看護ステーション「うらら」「うらら和泉」
- ▶ 共生型生活介護 デイサービスセンターうらら ▶ グループホーム「いずみ」「たちばな」「みちしるべ」 ▶ 精神科通所施設「デイケア」「デイナイトケア」「ナイトケア」

介護サービス事業所

- ▶ ケアプランセンター、通所リハビリテーション「ゆうパル」 ▶ 認知症対応型グループホーム「やすらぎ」 ▶ 地域密着型通所介護 デイサービスセンターうらら



医療法人 利田会

久米田病院

〒596-0816 大阪府岸和田市尾生町6丁目12番31号

072-445-3545

久米田病院

で検索