

サルビアだより

<第 16 号>

新人職員の紹介

理学療法士 山内卓也



四月より入職しました、理学療法士の山内卓也です。以前は東京にある内科中心の地域病院で入院・訪問・通所リハビリに従事していました。出身はほぼ名古屋です。(生まれは大坂だがほとんど記憶なし) 今回十四年ぶりに名古屋に帰ってきました。私自身、理学療法士の特徴は、今起っている現象、関節の動きが悪い、手足が動かない、立てない、歩けないなど・・・(の原因を客観的に評価できることだ)と思います。評価なくして治療は成り立ちません。皆様の心身が少しでも豊かになるようにお手伝いできればと思います。最後に、新生会が掲げる理念でもありますが、地域医療の貢献に少しでも役立てるよう皆様とお会いできることを楽しみにしています。



訪問リハビリは何をするの??

サルビアでは3名の理学療法士が従事しております。主治医の指示に基づいて、通院が困難な患者様や自宅でのリハビリを希望される患者様を訪問し、家屋環境の調整や日常動作の練習を行ないながら生活の質が少しでも向上するようにお手伝いします。では、実際に何をするのか簡単に紹介していきます。

① 家屋環境の調整



(B)



*右の写真2枚は住環境整備の一例です、ベッド周囲からトイレまで、平行棒や手すりを置いて安全に移動出来るようになりました。右の写真Aがトイレの入り口です。写真Bは椅子から平行棒への位置関係を示します。

② 関節可動域訓練とマッサージ



*写真は関節の曲げ伸ばしを施行している様子です。腰痛や膝関節痛へのマッサージも行ないます。

③ 筋力トレーニング



*写真はスクワットの様子です。とても頑張っている様子です。

④ 歩行練習



*散歩の風景です。ご利用者様の健康状態に合わせて、生活動線内での歩行練習も行い、より安全に生活できるようにお手伝いします。

夏を迎えて体調が悪い前に、

知って防ぼう熱中症

毎年、猛暑の季節になると話題になる熱中症ですが、異常気象と言われる昨今、今年は早めに準備しておきましょう。

暑さによる熱中症などの事故の発生する時期は、梅雨の合間の突然暑くなった日や、梅雨明けの蒸し暑い時期などに多く見られます。つまり、体が暑さ慣れていないことが原因。暑さに体が慣れてくると血液量が増加し、体温の調節反応が起こりやすくなります。また、汗の量も増加するので体温調整がしやすくなるのです。更に暑さにならすために忘れてはならないのが、水分補給！とても重要なポイントなんです。

汗によって失われた水分には塩分が含まれているため、市販の飲料水を選ぶ際には、成分表示のナトリウムが100ml中に40～80mg入っていれば、有効的です。

看護師 力武



お家づくりの体操

◇タオルギャザー（足趾の曲げ伸ばし運動）

◆方法

- ① 椅子に座りタオルの端に足を置きます。
- ② 左右の足の指で尺取虫のようにタオルを手に引き寄せます。
- ③ ある程度引き寄せたら、元に戻します

※十回程度を目安に行ないきましょう。

◆効果 足の裏や足の指には感覚をつかさどる多くの受容器が存在し、それらを刺激することによって、転倒防止に役立つという話も聞かれます。



◆注意 無理のない範囲で行なってください。痛みが出た場合は速やかに中止してください。



現在の空き状況

<看護師>

| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|
| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| AM | △ | △ | △ | △ | △ | △ |
| PM | △ | △ | △ | △ | △ | △ |

<理学療法士>

| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|
| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| AM | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| PM | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

*サービス対象地域：

瑞穂区・天白区・昭和区・南区・緑区

*介護保険と医療保険に対応

リハビリに関するご相談はぜひ当ステーションへお願い致します。
 複数回利用や毎回同じ時間の訪問を希望される場合も対応可能です。
 営業日・・・月曜日から土曜日まで、祝日も営業しています。
 営業時間・・・午前九時から午後六時まで。

「編集後記」本新聞作成にあたり、写真撮影などにご協力して下さいましたご利用者様、ありがとうございました。
 (文責 田澤正貴)

訪問看護ステーションサルビア

〒467-0846 名古屋瑞穂区玉水町1-111
 TEL 052-832-0338
 FAX 052-832-3015