

当院のリハビリテーション科は理学療法士 (PT)、作業療法士 (OT)、言語聴覚士 (ST) のスタッフがおります。神経内科、呼吸器外科、呼吸器内科、整形外科の患者様を対象にリハビリテーションを実施しています。

今回はリハビリテーションについて話したいと思います。話す内容として、リハビリとは、リハビリの目的、リハビリの 4 分野、リハビリの専門職種について説明したいと思います。

リハビリテーションの意味：

リハビリテーションというと、「ケガをした時や病気の回復後に行うもの」というイメージが強いのですが、広い意味でのリハビリテーションとは、ラテン語の re (再び) - habiris (適した) に由来し、何らかの理由で機能低下した状態から改善するように働きかけること全般を指します。

リハビリテーションとは失われた生活習慣を元の生活に戻す、あるいは現在の生活水準を維持する、または残された機能を生かし新たな生活様式を獲得するといったことを目的に行われる様々な手段と言えます。

リハビリテーションの目的：

リハビリテーションに携わる各療法士が目標にするのは、失った生活習慣を取り戻し、元の生活に戻すということです。それは日常生活動作の向上および再獲得を目指すということです。身体に様々な障がいがあると、日常生活に支障をきたし、リハビリが必要となります。

医療の現場でリハビリテーションという言葉を使用した場合、病気やケガで動きの鈍くなった筋肉などに働きかけ、従来の動作に近づけることを指します。このため完全に元の状態に戻すことを最終目的にするのではなく、その人に合った生活に近づけるための治療やトレーニング全般がリハビリテーションの目的とされています。

リハビリテーションの 4 分野：

リハビリテーションは本来総合的なものであり、伝統的には医学的、職業的、教育的、社会的の 4 分野に分けられます。

- ・医学的リハビリテーションは、医師を中心とした医療スタッフによって実施され、基本的な日常生活行為や家事能力、また基本的な職業能力の回復・向上を図ります。身体障がい者リハビリテーションと精神障がい者リハビリテーションに大きくわけられます。

- ・職業的リハビリテーションとは、職業相談、職業能力評価、職業訓練、就職斡旋などを通じて、職業能力を高め、雇用の実現を図ります。
- ・教育的リハビリテーションとは、特別支援教育ともよばれ、医学的リハビリテーションと並行して行われます。障がい児の特別なニーズに応じた教育を行います。
- ・社会的リハビリテーションは、障がいのある人が社会生活を営む上で困難を克服するための社会生活能力の向上を目的としています。福祉サービスや環境調整などの支援を行います。

リハビリの専門職種：

医学的リハビリテーションにおいて、リハビリを実際に行う専門職種は理学療法士（PT）、作業療法士（OT）、言語聴覚士（ST）があります。この3つの職種が連携しながらリハビリテーションを行っていきます。

- ・理学療法士（PT）は主に運動機能そのものの回復を目指し、ストレッチや筋力トレーニングを行います。マッサージや温熱治療などを組み合わせながら、機能が損なわれた部位に対して、寝返り、起き上がり、立ち上がり、歩くといった基本的な運動ができるようになる状態を目指します。ときには器具を活用して、もともとその人が持っていた運動機能に近づけるために様々なトレーニング方法を行います。
- ・作業療法士（OT）は、食事や入浴などの日常生活動作訓練、掃除や洗濯などの家事動作訓練などを行い、応用的動作能力の獲得や就労支援や生活環境の調整などの社会適応能力の向上を目指します。また、日常的な作業を通して心身のケアを行ったり、病気にかかったりケガをする前にもっていた様々な作業を再びできるように訓練を実施します。作業療法士は生活していく上で必要な動作の獲得、生活の幅を広げQOL（生活の質）の向上を目指して訓練を行います。
- ・言語聴覚療法は、先天性の障がいや病気、ケガなどで「聞く」「話す」「飲み込む」といった行為が困難になった患者さんに対し、聞くこと、発声することを目的にしています。声帯の機能が低下したり失ったりした患者さんに対して発語・発声を促したり、ゴクンと飲み込む際の障がいを軽減させるほか、聴覚に障がいのある患者さんに対しコミュニケーション能力などの向上を促します。

まとめ：

リハビリテーションと聞くと、ケガや病気をした後に行う「回復」のイメージが強いと思われませんが、完全に元の状態に戻ることが最終目的ではありません。リハビリテーションは目的ではなく手段です。

リハビリテーションを行うことで目標を達成するために、患者様、そして地域支援者と共にチームを組み、それぞれの役割を分担したり、時には役割を共有するような関わりが重要になります。