



がんとリハビリテーション

リハビリテーション科 理学療法士 渡邊 加奈子

リハビリテーションという言葉を知ると、骨折や怪我などが主ではないか？と思われる方も多く、癌になって手術をして痛いのにリハビリをするのか？という質問をされる方もたくさんいらっしゃいます。しかし、寝たきりの時間が長くなると肺炎などの呼吸器系の合併症が起きたり、足の力が弱り起き上がったり歩くだけで疲れてしまい、日々の生活に戻るのに時間がかかります。病気とつきあっていく中で、安全・安楽に生活が送れるように理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が支援していきます。



手術前後のリハビリ

術前からリハビリテーションを行い、痛みの少ない動作方法や深呼吸などの呼吸練習を事前に指導し、術後の合併症である肺炎や筋力低下を防ぎます。また、手術後に対しての不安感なども和らぎます。

術後は、痛みの度合いや全身状態を診ながら、起きて腰掛けてもらうことから始まります。腰掛けたり、立ち上がって歩くことを始め、病棟の中での生活を安全に行えるように支援していきます。また、食事が開始になったときには飲み込みの練習などを行います。より早く日々の生活の調子を取り戻す事を目的として行っています。

治療中のリハビリ

外科的手術後だけではなく、放射線科・内科での放射線や化学療法での治療中でもリハビリテーションは重要です。長期入院になる場合が多く、筋力低下などを防ぐためにも体の機能を出来るだけ落とさない様に、治療による副作用や全身状態を診ながらリハビリテーションを行い、日常生活を安全に送れるようにしていきます。

緩和ケアの中でのリハビリ

患者様のしたいことや希望を伺いながら、実現できる目標を立てて行きます。たとえば、「今は寝たきりだけど散歩に行きたい」と患者様が1番に望んだ場合、ベッドから起き上がる練習をしたり、介助でも車椅子に乗ることが出来れば、散歩に行くことも外出することもできるかもしれません。他にも、痛みやむくみの軽減の為にマッサージや呼吸困難時に楽に呼吸ができるように呼吸方法を指導するリラクゼーション、痛みの少ない楽な姿勢を取るためのポジショニングなど行うことは様々です。個人によって最後にしたいことは異なりますが、その人自身の人生の喜びを一緒に探し、安全で楽に出来る方法を一緒に考えていくことを行っています。

その他にも、自宅に帰る際には家で生活が安全に行えるように一緒に自宅へ行き、生活動作の確認や手すりの位置の確認などもすることができます。

小さなことでも気になることや不安なことがありましたら、緩和ケアチームまでご相談ください。医師・看護師・理学療法士・栄養士・薬剤師など多職種でサポートする事が出来ます。

<相談窓口>

長門総合病院 地域医療福祉連携室 (宮本・岡山・田村)

TEL: 0837-22-2518 (直通) FAX: 0837-22-2539 (直通)

E-mail: renkei@nagato-hp.ecnet.jp

