サテライト 蜻蛉通所リハだより

1月号

膝手術後の在宅生活の不安に寄り添って

～通所リハビリ再開ケースの生活行為向上リハビリテーション実施加算～

■ 通所リハビリ再開前に自宅訪問で課題を確認

ケアマネジャーより依頼があり、通所リハビリ再開前に居宅訪問を行い、退院後の課題を確認しました。その結果、膝の痛みが残存し思う様に動けないこと、入院中に腰痛が悪化したこと、玄関の上がり框が高く出入りが容易でないこと、浴槽の出入りに不安があることが挙げられました。入院前の生活獲得のためには、通うだけでなく、在宅生活への介入が必要であったため、生活行為向上リハビリテーション実施加算を算定することになりました。

■ 環境調整・入浴動作指導・自主訓練指導実施

腰痛は、入院中の活動量低下が影響していると考えられたため、自宅での自主訓練を指導しました。玄関の上がり框は、元からあったステップ台を活用し、環境を整えることで解決しました。浴槽出入りでは、膝の痛みから立ち跨ぎ動作の不安定さがありましたが、動作の変更は望まれなかったため、通所リハビリにて出入り動作を模した反復訓練を導入。また、自信の低下も見られたため現状を正しく理解し、前向きな思考になるようフィードバックを繰り返しました。

■ 積極的に散歩や外出をするように

通所リハビリにて運動を再開したこと、自主訓練を毎日取り組んだことで、膝痛・腰痛は徐々に軽減しました。

入浴も元の動作で出来るようになり、不安もなくなりました。また、玄関出入りが容易になった事と、痛みが軽減したことにより、外出意欲も向上し、買い物・散歩なども再開しました。今後は元々行っていた歩数チェックを再開し、通所リハビリの卒業も視野に地域のいき百体操参加再開を目指し支援を続けていきます。

クラブ活動　創作

もともと好きな人はもちろん、意欲はあっても自信が無かったり、経験のない創作は不安があるという方を対象に、季節や行事に関連した作品作りを提案。自宅での活動に繋げるきっかけとして取り組んでいます。また興味を引き出すために、作り方のビデオをフロアで流し、利用者同士で工程を分担するなど、交流も楽しめるよう支援しています。

作品紹介　～割りばし細工～

元々割りばし細工が趣味でしたが、体調を崩されてから細かい作業が億劫になり辞めていました。自宅や通所リハビリで折り紙、クラフトテープの創作活動を行い、細かい作業に少しずつ慣れて頂きました。ブランチ展示会に向けて、本人とスケジュール検討したことで割りばし細工の再開に至りました。

ご本人より一言

久しぶりに立派な家がつくれました。大変でしたが作ってよかったです。次は茶室をつくろうと思います！

ご連絡おまちしております！

介護老人保健施設鴻池荘　TEL. 0745-64-2180

受付時間　9:00～17:00　担当者：相談員　FAX. 0745-62-1092

令和５年１月　発行