



医療法人社団 仁恵会

石井病院

人工透析ひ尿器科じんけいクリニック

Now

Vol.170

- Since 2008

JINKEIKAI NEWSPAPER

発行：2022.5

石井病院 医療×介護情報 ～在宅介護サービスについて～

当院では、外来・入院・退院後の患者様、地域の皆様方に介護に関する様々なサービスを提供しています。以下、当院及び関連施設・併設施設での「在宅介護サービス」をご紹介します。

◎ 在宅介護サービスとは？

在宅介護サービスとは、ご自宅で生活している高齢者が、可能な限り自立した生活を送るために利用する介護保険サービスのことです。利用できるのは、要支援もしくは要介護の認定を受けた、ご自宅で生活をされている方です。

主なサービスの分類は“訪問型”“通所型”“宿泊型”になりますが、それ以外にもすべてを融合させたもの、住宅環境を整えるもの、介護保険適用外のサービスなどがあります。



◎ サービスを利用するには？

サービスを利用するためには「介護サービスの計画書」（ケアプラン）を作成する必要があります。

当院は「居宅介護支援事業所」を併設していますので、ケアマネジャーが利用者様やご家族の希望を考慮したうえで、最適なケアプランを作成します。サービス開始後も、利用者様の心身の状況、身の回りの環境などを考慮しながら継続的に見直しを行い、在宅生活が継続できるように支援していきます。また、介護保険を利用するための手続きの代行や、介護サービス全般における相談も行っています。



◎ 当院 及び 関連施設等で受けられる「在宅介護サービス」のご案内

訪問型介護サービス	通所型介護サービス	宿泊型介護サービス
<p>訪問看護</p> <p>当院の外来に通院中の患者様や退院後の患者様に対して、看護師が自宅を訪問し、担当医の指示に基づいて医療的な処置や診察の補助、健康状態の確認等を行います。</p> 	<p>通所リハビリテーション</p> <p>介護保険適応と認定された方、また保険適応外でも健康増進目的で利用される方を対象に、ご利用者様のご希望に応じて短時間から長時間までリハビリや入浴・食事等を提供する施設です。</p> 	<p>介護老人保険施設 サンビラ三木</p> <p>兵庫県三木市与呂木字高野越683-4</p> <ul style="list-style-type: none"> ・短期療養入所サービス <p>冠婚葬祭や旅行など、ご家庭の事情による一時預かり</p>  <p>一人ひとりの顔が見える、愛の輝きを支援サービスを目指します。</p>
<p>訪問リハビリテーション</p> <p>ご自宅に専従のセラピスト（理学療法士・作業療法士）が伺い、体力増強、生活動作練習、屋外歩行等の機能回復訓練を行います。</p> <p>また、ご自宅の環境設定のご提案を行います。</p> 	<p>運動療法室</p> <p>健康運動指導士のもと、生活習慣病予防・介護予防・減量入院中の運動・透析中の運動・心臓リハビリテーション等の運動療法を行っています。</p> <p>病院と連携しながら効果的な運動プログラムを提供します。</p> 	<p>※ これらのサービスは、ご本人の状況や要介護度により利用できる内容が異なります。</p>  <p>住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らしていけるよう、「医療×介護」の連携を強化しサポート致します。</p>

詳しくは、当院ホームページ、または担当のケアマネジャーにお尋ねください。



～ 透析患者様の運動療法（腎臓リハビリテーション）について～

新緑がきれいな季節になり、散歩をしても少し汗ばむ季節になってきました。5月は、日中と夕方の温度差があり、服装に特に悩みます。皆様も体調の管理には、十分に気を付けて頂き、気持ちの良い季節を過ごしていただければと思います。

お題の「運動療法」についてですが、透析患者様は「**フレイル**」という状態に陥りやすいです。「**フレイル**」とは、「健康と要介護の中間点」であり、体力（筋力）や精神力（認知や社会性）など心身の活力低下から、寝たきり・要介護の状態へ近づくことです。フレイルからの脱却・予防するには、十分な栄養、貧血改善、十分な透析、そして「**運動療法**」が重要とされています。

透析患者様は、週に3回透析治療に来院され、約5時間（透析開始前後30分+透析時間4時間）をベッド上安静で過ごされること、透析後の倦怠感・時間的拘束などにより、透析後の活動量が低下すること等が原因となって、筋力の低下が起こるとされています。そして、COVID-19により外出することが少なくなっております。たださえ高齢になれば自然と筋力低下が問題になる事に追加され、透析患者様では、このような状況の中で筋力を維持していかなければなりません。

当院では、**InBody検査**と握力測定を実施しており、InBody検査では、筋力・水分・脂肪をチェックし、各部位毎（腕・体幹・足）に評価できます。（6ヶ月に1度実施）握力検査は、InBody検査と共に、フレイルを評価する際に使用します。そして、血液検査データより栄養状態・貧血状態・透析を評価しています。

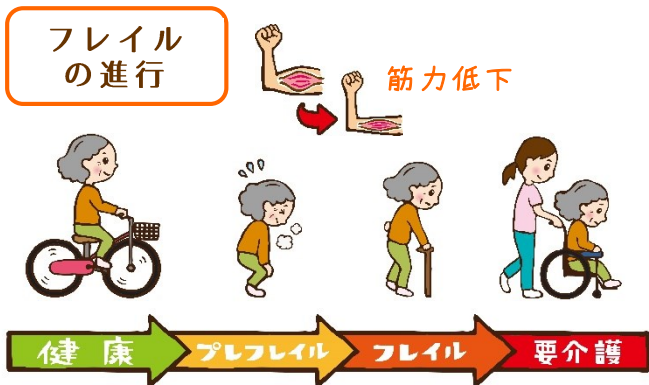
運動療法は、「腎臓リハビリテーションガイドライン」が、日本腎臓リハビリテーション学会より発行されており、運動療法の方法等を詳しく説明しています。当院でもガイドラインを中心に、運動療法を実施することで、寝たきりや要介護状態に近づく事を防止できればと思います、現在体制を整えております。

注意点なのですが、運動療法はとても重要ですが、いきなり運動をするのではなく、日常生活をしっかりと行うことを重点に置いてスタートすることで、無理なく筋力の足し算を行えます。まずは、患者様個人により、病態や筋力量が違う事、生活スタイルが違う事を踏まえ、しっかりと話を聞き、日常生活活動度（ADL）を確認しながら、安全に運動療法を行える環境を、整えていけたらよいと考えております。透析中にできるような運動メニューなども取り入れ、ご自宅でも透析室でも運動を行い、フレイルの予防をしていきます。これからも、新しい事を取り入れながら、患者様の日常生活が良くなるよう考えていきます。

皆様には、いまだにコロナ感染者数が減少しない環境下で、いろいろな面で協力していただいております。スタッフも一丸となり感染対策を行い、誠心誠意治療を行ってまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。




仁恵会本部事務局長代行
兼 人工透析ひ尿器科
じんけいクリニック
事務局長代行
はら しんいちろう
原 真一郎



透析中の運動療法では足先を左右に動かしてほぐしたり、膝を胸の方に曲げたりするストレッチやチューブを使った筋トレなどがあります。

無理のないよう行ってください。




(InBody 機器)

■ 医療連携相談室

平日 9:00～12:00 14:00～17:00
土曜 9:00～12:00
担当 酒見 古門 上野

編集・発行

医療法人社団 仁恵会 石井病院 広報委員会
〒673-0881 明石市天文町1-5-11
TEL 078-918-1655 FAX 078-918-1657
<http://jinkeikai-group.or.jp/ishii/>