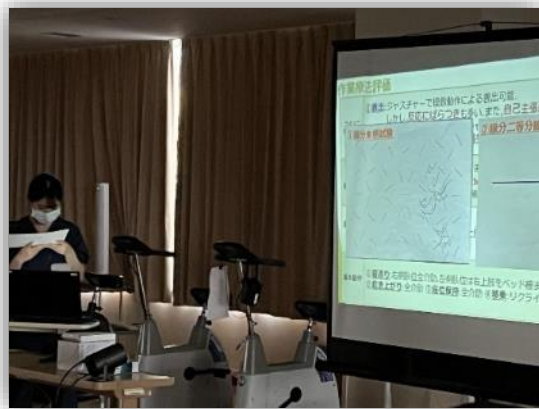


リハビリ通信

第 25 号
令和 7 年 3 月 1 日
リハビリ通信担当発行

1. 症例発表会

新人教育の一環で 2 月に症例発表会が行われました。9 月に続き 2 回目の発表ということで、今回はパワーポイントを使用して発表を行いました。介入に関してどのように考えて行っていたかということ先輩方に伝え、質疑応答に対してもはきはきと答えている姿から、1 年の成長を感じられました。また、先輩スタッフにとっても症例発表を通して大きな刺激や勉強になりました。



2. 研修、伝達講習

当科では、日々知識・技術の向上に向けて、院外での勉強会や研修会へ積極的に参加し、より患者さんへの効果的な介入を目指しています。今回は、昨年末に研修会へ参加したスタッフの意見や感想を下記に紹介します。

①第23回日本側彎症学会の研修セミナーベーシックコース

2024年12月21日（土）から22日（日）の2日間、第23回日本側彎症学会の研修セミナーベーシックコースにZoomで参加しました。会場は、愛知県豊明市の藤田医科大学と遠方でしたが、自宅にいながら勉強することができました。ベーシックセミナーといっても内容は詳細かつ多岐にわたっており、基礎からはじまり評価、治療、周術期管理、側彎症検診にわたるまで幅広く知ることができました。側彎症に関する研究立案から論文化までのお話や尿管損傷のご講演も大変興味深いものでした。研修会の受講後は、直ぐに患者さんのリハビリテーションに活かせる内容でしたので、大変有意義な時間でした。機会を提供してくださった先生方に感謝致します。

（理学療法士 17年目）

②国立病院機構関東信越グループのリハビリテーション研修

先日、国立病院機構関東信越グループのリハビリテーション研修「呼吸理学療法の評価と治療」に参加し、呼吸理学療法の基礎知識と実践例を学びました。その内容をもとに伝達講習を実施し、呼吸器機能改善に向けた基礎知識や評価項目、排痰法や呼吸介助等のアプローチ方法を中心に参加者と共に理解を深めました。様々な意見交換が行われ、普段の臨床では見落としがちな視点や知識を共有できたことが大きな成果でした。

今回の経験を通して、自分自身の知識向上だけでなく、リハビリテーション科全体の臨床での実践力向上に役立てていきたいと感じました。今後も自己研鑽を続け、更なるスキル向上を目指します。

(理学療法士 4年目)

③科内勉強会

今年度の理学療法部門の勉強会で、「筋力低下に対する運動療法」というテーマで伝達講習を行いました。日々の診療において、年齢や疾患は違えど臥床による筋萎縮と入院中の活動量低下について、

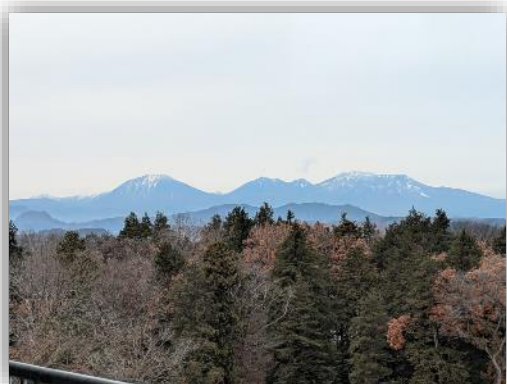
どのように筋力トレーニングを行い活動量を上げていくべきか悩んでいました。

そこで大学が主催している運動機能セミナーに参加しました。セミナーでは、筋力増強のメカニズムや細分化された筋力の評価方法、更には研究結果を基にした筋張力や各筋肉に関する退行性変化などの幅広い知識を得ることができました。

筋力が低下する要因には、主動作筋の神経的要因や筋萎縮などがありますが、それと同様に効果的な運動療法に最大筋力法や最大反復法などがあります。しっかり評価を行ったうえで、どのようなプログラムを立案するべきなのかという基礎的な考えの大切さを改めて感じる研修内容でした。私はこの学びを伝達することで、自分自身の理解を深めるだけでなく、諸先生方や患者様にとって少しでもお役立ていただければと思いました。 （理学療法士 3年目）



3. リハビリテーション室からの風景



男体山・女峰山



筑波山

寒い日が続いておりますが乾燥した日も多くなっています。冬でも意外に脱水症を発症する方が多く、乾燥から湿度が下がることが一因とされていますが、汗をかくことが自覚しにくいいため水分摂取量が減りがちになることが挙げられています。また、筋肉の構成は約72%が水分ということから筋肉量と体の水分量は密接な関係があるといわれ、筋肉量が少ないと体内の水分量も減少してしまいます。脱水症は心疾患や脳卒中、腎機能障害、認知機能障害などに影響します。こまめな水分補給と適度な運動を行い脱水症の予防に努めて新たな春を迎えましょう。