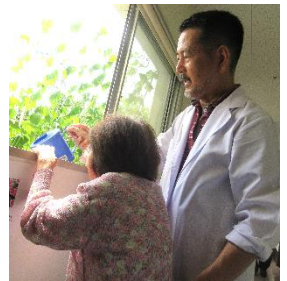


“いつまでも、住み慣れた家で暮らしたい”その気持ちを支えます

高齢者は加齢に伴い心身や精神の機能低下をきたします。その症状はさまざまで、「筋力が弱い・関節が痛い・麻痺があつて、手足が動かない・やる気が出ない・少し前の出来事が思い出せない」などといったことから、生活をする上での多くの問題を抱えています。しかし、一方「住み慣れた家で暮らしたい」という希望も多く聞かれます。当クリニックでは、そのような方々に対して平成26年8月から理学療法士による訪問リハビリテーションを実施させていただき、少しでも安全に、また不安なく生活が継続できるようにサポートさせていただいています。

訪問リハビリテーションでは、動きづらさを一つでも改善し、生活の中の困りごとが減少していくことを目指しています。実際に関わらせていただいている方の不安や困りごとが解消されたとき、「本人だけでなく、ご家族の「笑顔」が増える瞬間があります。具体的に「ご本人からは、「ベットからの立ち上がりが楽になった」「一人でトイレに行くことができるようになった」また家族からは、「介護の負担が軽くなった」などのお声を聞いています。これは訪問リハビリテーションにより、「ご本人とご家族の困りごとに向き合い、共に悩み、苦しみ、そして、共に喜びを分かち合えることから生まれた結果だ」と思います。

今後ともご本人やご家族に「今が一番楽しい」「生きていて良かった」と感じていただけるように、リハビリテーションの充実を目指したいと思えます。



理学療法士
中山 忠好
(なかやま ただよし)

～痛みは我慢せず医療機関へ～

『疾患と痛みの関係①』

～膝痛：変形性膝関節症～



首・肩、腰、膝は、患者さんからの痛みを訴えでよく聞かれる部位です。その中でも、今回は「膝関節」について取り上げます。



副院長(理学療法士)
田中 創

膝関節で最も多い疾患が『変形性膝関節症』です。大規模な疫学調査で、日本人の約2,500万人は膝関節に変形があるだろうということが分かっています。しかし、痛みがあるのはそのうちの2割程度の方たちであることも分かっています。つまり、“変形＝痛みではない”ということです。病院で変形性膝関節症と診断されても、それが痛みの直接的な原因にはならないということです。

変形性膝関節症の痛みの部位は、大きく関節の中と外に分けられます。これはある程度検査を行うことで確認することができます。ただ、そこが痛くなる本当の原因は膝関節ではなく、他の身体の部位にあることも多いようです。例えば、腰に掛かる負担を避けるために膝関節をあえて曲げて立っているような方は、それによって膝に大きな負担が掛かります。(右の絵のように…)

このような場合には、膝の痛みを確認するのはもちろんですが、腰に対する評価・治療も必要となります。

このように膝関節の痛みをみていく場合には、膝だけではなく全身的な観点からその原因をみつけていく必要があります。そのためには医師による的確な診断と、理学療法士による機能改善が重要です。



次号は 『疾患と痛みの関係②』

～腰痛～



学校法人 国際学園 “0歳から100歳までの動ける身体づくり”を目指して
九州医療整形外科・内科
リハビリテーションクリニック
TEL.093-383-8500

〒802-0072北九州市小倉北区東篠崎1-9-8
<http://kms-clinic.com/>

0歳から100歳まで
動けるカラダづくりをサポート
ZERO
100
PROJECT



健 すこやか



利用者様のうれしい声が多く届いています！

全く健全な状態に戻りました！



日々、ボクシング指導者として従事し、選手のパンチを受けるミット打ちをすることが仕事です。昨年8月末頃から腰椎椎間板ヘルニアによる腰痛を患いミット打ちができない状況でした。医療機関で治療を受けましたが効果を感じることができず、常にコルセットを巻いた日々を過ごしていました。

こちらのジムに通い始めてから腰痛は完治し、全くの健全な状態に戻り、激しい運動も出来るようになりました。ジムのスタッフの皆さんは親身になってくれる上、知識が豊富。運動を継続して、ゴルフを楽しみたいと思います。

YANAGIHARA ボクシング&フィットネスジム 会長 柳原 廣一様

大変満足しています！



70歳代女性

こちらのジムを利用するようになってから身体が動きやすくなったことを実感しています。ジムを利用する前は、その日暮らしの生活というか...ダラダラと過ごしていたような気がします。それがジムを利用するようになって3カ月で動きの“キレ”が良くなったというか、身体が動きやすくなりました。何より、“動く意欲”がでてきました。

一言でいうと“快適”です！

隣にあるクリニックでも診てもらって、身体が回復してきているように感じます。

動けるカラダを取り戻すことができれば、海外(スイス)でトレッキングにチャレンジしたいと思います！

新スタッフが増え、提供できる運動メニューが充実

6月1日より新スタッフとしてお世話になっております、トレーナーの秋永洋平です！

私は作業療法士、及びスポーツトレーナーとして14年程の経験を経て、医療と運動(トレーニング)が連携した、まさに私が望んでいたこのムーブグラッチャに今回入職する機会をいただきました!(^^)!

私は今まで、運動をしたくても痛み、ケガや病気があってできない、または運動やスポーツをしてすぐにカラダを痛めたりケガをしてしまう、という方々に携わってきました。

「運動は楽しく、そして正しく行なってこそ健康になる」

ものです！会員皆様が安全に、そして一人ひとりのカラダにあった最適なトレーニング方法と動作をサポートさせていただきます！今後とも、どうぞよろしくお願いいたしますm(__)m



作業療法士
秋永 洋平

☎093-383-8417

“動けるカラダ”を取りもどす!!

(担当：ナカバヤシ、当方不在の場合には、折り返しご連絡させていただくことがあります)

Move フィットネスジム
Gracha ムーブグラッチャ

〒802-0072 北九州市小倉北区東篠崎1丁目9-8

九州医療整形外科・内科

リハビリテーションクリニックとなり
北九州モノレール片野駅下車 徒歩約1分
小倉駅より北九州モノレール約6分

