

回復期リハビリで取り組む「活動」「参加」の向上

回復期リハビリテーション技術課長 和氣 良彦

回復期リハビリテーションでは、リハビリによって再獲得した心身機能を、生活に必要な“活動”へ導き、主体的な“参加”を促していくことを目指します。

○生活関連活動（＝APDL）の獲得にむけて

患者さんの在宅復帰に向けてまずはADL（食事、整容、更衣、排泄、入浴、起居移動、コミュニケーションなど）の向上を目標にリハビリを行います。実際の在宅生活ではADLに含まれる活動だけではなく、より応用的な活動（＝APDL 以下活動例を参照）の獲得に向けてもリハビリを行っていきます。個々の患者さんが必要とするAPDLが獲得できれば、家での活動の幅が広がり、家庭内や地域社会で果たす役割が増え、生活全体の参加機会がより増え、生活を豊かなものにしてゆきます。



【トマトを育てる】

APDLに含まれる活動例

買い物、家事（調理・洗濯・掃除等）、公共交通機関の利用、自動車運転、服薬管理、家計管理、育児、趣味、電話の使用 など
全てがリハビリの対象になります。



【ドライブシュミレーター訓練】

○APDL 訓練の一例の紹介

当回復期リハビリ病棟においてもAPDL獲得を目的に様々な訓練を実施しています。

例えば、公共交通機関（電車やバス）の利用に向けた訓練です。

患者さんが訓練の目的とする項目例

- 発車時刻や乗車時間に合わせた行動ができる
- お金の管理・券売機の操作が正しく行える
- 駅の階段やエスカレーターを安全に利用できる
- 人混みの中を歩ける
- 案内表示を正しく理解できる
- 困ったときに 駅員に助けを求められる など

当然ながら、運動麻痺の影響により歩行障害を抱えた方、高次脳機能障害によって計画的に行動ができない方、注意が散漫になる方、失語症によってコミュニケーションが苦手な方などがおられますが、患者さんの状態に応じた目的で実施します。

そして、時には、実際の現場で体験をします。現場体験は、患者さんが自身の現状に改めて気づき、より注意深く行動するきっかけにもなります。また、上手く行えた経験は、患者さんの達成感や自信に繋がり、更なる可能性の広がりを与えます。更に、現場に漂う緊張感や臨場感は、患者さんの臨機応変な対応を思いがけず引き出してくれることもあり、その瞬間の患者さんの表情はとても生き生きとしています。

このように、実際の現場における APDL 訓練を行うことは、患者さん自身の退院後の生活イメージをより具体的なものにし、その後のリハビリにおける明確な目標設定と、意欲的な取り組みを生み出すきっかけとなります。

回復期リハビリテーション病棟では、患者さんやご家族の思いに傾聴し、機能訓練－生活への汎化－応用活動の獲得－環境調整－家族支援など、多職種一丸となって支援させていただきます。