

入院から退院後まで、切れ目なく 支えるリハビリテーションについて

一般的にリハビリというと、「高齢者」や「骨折後の治療」を思い浮かべる方が多いかもしれませんが。マキノ病院リハビリテーション科では、そうしたリハビリだけでなく、あらゆる問題に対応するリハビリを行いながら、入院直後から退院後の生活までを一続きで支える体制を整えています。当院では、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士がチームとなり、患者さん一人ひとりの状態や生活背景に合わせたリハビリを提供しています。

●入院期から始まるリハビリ

肺炎・骨折・心不全などで入院された患者さんには、入院当日からリハビリを開始します。理学療法士は起き上がりや歩行などの基本動作を、作業療法士は着替えやトイレ動作など日常生活動作を、言語聴覚士は摂食嚥下（食べる・飲み込む）やコミュニケーションの支援を担当し、専門職が連携してリハビリを進めます。



症状が落ち着いた後は、地域包括ケア病床でのリハビリに移行し、退院前訪問や住環境の確認を行います。自宅で安心した生活を続けられることを重視したりリハビリテーション・支援を行います。また、365日リハビリを継続できる体制により、休日も含めて途切れないリハビリを提供しています。

●療養病床でも「生活」を支える

医療療養病床では、神経難病やがん、内科疾患などにより医療的な支援が必要な方が入院されています。重度の状態であっても、離床支援や食事場面での嚥下訓練などを行い、できることを保ち、生活の質（QOL）を支えるリハビリに取り組んでいます。

●外来リハビリは運動器リハが中心

外来リハビリでは、高齢者や働く世代の方を中心に、肩・腰・膝の痛みや骨折・手術後の回復を目的とした運動器リハビリに力を入れています。夜間にも対応しており、仕事を続けながら通院できる体制も整えています。また一部では小児にも対応し、年齢や障害にとらわれず相談できるリハビリ科を目指しています。

●退院後の生活を支える通所・訪問リハビリ

退院後は、通所リハビリにより、低活動や外出機会の減少、社会的フレイルへの対応を行っています。身体機能の維持だけでなく、人との交流や活動を通じた社会参加の支援も大切に行っています。通院が難しい方には、訪問リハビリとしてご自宅へ伺い、生活動作の訓練や住環境に合わせた



助言を行います。住み慣れた自宅で生活を続けることが、私たちのリハビリテーション・支援のゴールです。

●地域で暮らし続けるために

リハビリは、高齢者や骨折後の回復を支えるだけでなく、動くこと・食べること・生活することを支える医療です。マキノ病院リハビリテーション科では「退院で終わらないリハビリ」を大切に、これからも地域の皆さまの暮らしに寄り添っていきます。気になることがあれば、どうぞお気軽にご相談ください。

リハビリテーション科

課長代理 谷口 晋吾

感染予防について

近年、インフルエンザは冬季を中心に毎年流行を繰り返しており、特に気温や湿度が低下する時期には感染が拡大しやすいです。また、新型コロナウイルスCOVID-19は大きな流行の波は落ち着いたものの、季節を問わず通年で発生しており、現在も私たちの身近な感染症の一つとなっています。

これらはいずれも主に飛沫や接触を介して感染し、発熱、咳、喉の痛み、倦怠感など共通した症状を示す点が特徴です。今回はこれらの感染症から身を守る感染予防についてお話しします。

感染予防において特に重要なのが手洗いです。手には目に見えないウイルスが付着しやすく、無意識のうちに口や鼻、目に触れることで感染につながります。外出後や食事前には石けんを使用して指の間や爪の先、手

首まで丁寧に洗い、流水でしっかり洗い流すことが大切です。正しい手洗いを行うことで、ウイルスの量を大きく減らすことができます。

手洗いがすぐにできない場面では、アルコールによる手指消毒が有効です。手指消毒用アルコールを手のひら全体に広げ、指先や指の間まで丁寧に擦り込むことで、ウイルスの不活化が期待できます。外出先や公共交通機関を利用した後など、こまめに行うことが感染予防につながります。また、マスクの着用も非常に有効な対策の一つです。咳やくしゃみによる飛沫の拡散を防ぐだけでなく、会話中に発生する微細な飛沫の広がりを抑える効果もあります。体調がすぐれない時や人混みでは、鼻と口を正しく覆って着用することが重要です。加えて、換気の徹底や十分な睡眠、栄養バランスの取れた食事を心がけ、免疫力を保つことも感染予防につながります。

日常的に手洗い、手指消毒、マスクを組み合わせた対策を続けることが、自分自身と周囲の健康を守ることに繋がります。これらの対策を日常生活の中で意識し、積極的に実践して感染予防に努めましょう。

中央検査科係長

八田 優里

新人紹介

この度、マキノ病院に入職いたしました新しいスタッフです。皆様方の温かい御支援よろしく願っています。



看護師
松本 茉莉花

小児予防接種の予定（1月・2月）

	混合ワクチン・麻疹風疹混合・BCG・日本脳炎・ポリオヒブ・肺炎球菌・子宮頸がん・水痘・おたふくかぜ・ロタ				
	受付・接種時間：13時～ 16時～16時30分				
1月	6日(火) 30日(金)	9日(金)	16日(金)	20日(火)	23日(金)
2月	3日(火) 27日(金)	6日(金)	13日(金)	17日(火)	20日(金)

マキノ病院理念

マキノ病院は、患者様中心の医療と福祉を実践し、患者様およびご家族の信頼と満足を得ることにより地域の皆様に安心していただける環境の創造を目指します。

テーマ

『糖尿病』

健康教室のご案内

開催についてのお知らせ

～当院では生活習慣病などを学びたい方のために『健康教室』を開催しています。～
院内感染拡大防止のため、
1月・2月の開催は中止いたします。

場所：2階図書室

※ 3月以降の開催は未定

どなたでも自由にご参加できます。（入場無料）