

医療法人 橘会
東住吉森本リハビリテーション病院

痙縮に対するボツリヌス療法とは!?

脳卒中^{のうそちゅう}でよくみられる運動機能障害^{けいしやく}の1つに痙縮^{まひ}という症状があります。痙縮とは麻痺などで筋肉が緊張しすぎて、手足を動かしにくかったり、勝手に動いてしまう状態のことで手指が握ったまま開きにくい、肘が曲がるなどの症状がみられます。痙縮による姿勢異常が長く続くと、筋肉が固まって関節の運動が制限され^{こうしやく}（拘縮）、日常生活に支障が生じてしまいます。また、痙縮がリハビリの障害になることもあるので、痙縮に対する治療が必要となります。当院ではその痙縮に対して有効な治療手段の1つであるボツリヌス療法を専門外来で行っています。

<ボツリヌス療法とは!??>

ボツリヌス菌（食中毒の原因菌）が作り出す天然のたんぱく質（ボツリヌストキシン）を有効成分とする薬を筋肉内に注射する治療法。ボツリヌストキシンには、筋肉を緊張させている神経の働きを抑える作用があります。そのためボツリヌストキシンを注射すると、筋肉の緊張を和らげることができます。ボツリヌス菌そのものを注射するわけではないので、ボツリヌス菌に感染する危険性はありません!



<ボツリヌス療法の効果は!??>

※ボツリヌス療法によって次のような効果が期待できます。

- ①手足の筋肉が柔らかくなり、動かしやすくなることで、日常生活動作（ADL）が行いやすくなる。
- ②リハビリが行いやすくなる。
- ③関節が固まって動きにくくなったり、変形するのを防ぐことができる（拘縮予防）。
- ④手足のつっぱりによる痛みが和らぐ。
- ⑤介護の負担が軽くなる。



ボツリヌス療法に関するご相談を随時お待ちしております。
お問い合わせは、当院（TEL 06-6701-2121）までお気軽にお問い合わせ下さい。

病棟生活－夜間帯(夜勤)の様子

今回は、看護師やケアワーカーが行っている夜間の仕事内容をご紹介します。

夜間帯は看護師2名、ケアワーカー2名の計4名で、午後5時から翌朝9時までの時間帯の生活を見守っています。

毎日のリハビリで疲れが溜まっている為、トイレなどの移動の際は注意が必要ですので、スタッフも特に転倒転落に注意しています。そして、何よりもしっかりと睡眠をとり疲労回復できるように援助しています。

「夜間帯(夜勤)のスタッフからの一言」

食事や歯磨き、着替え、お薬の管理など、どれも当たり前の日常生活行為ですが…その「当たり前」を自宅でも出来るように入院されている段階から自身で行ってもらい、時間をかけて誘導や介助を行っています。



リハビリスタッフと連携しリハビリの一環として、夜間でも日中と同じ動作が出来るように夜間の動作も評価しています。入院生活そのものがリハビリです。

入院中は遠慮せずにナースコールを押してくださいね。すぐに駆けつけます！

「夜間帯(夜勤)のスケジュール」

- 16:50 申し送り・業務引き継ぎ
- 17:00 病室ラウンド・挨拶
- 18:00 夕食
- 19:00 整容・着替え
- 20:00 面会終了・眠前準備
- 22:00 消灯
- 1:00～ 定期ラウンド
- 6:00 起床・整容・着替え
- 8:00 朝食
- 8:50 申し送り・業務引き継ぎ
- 9:00 リハビリ開始

〈夕食〉



皆さん一緒にいただきます。

〈夜間トイレ介助の様子〉



夜間は足元が暗いため特に転倒に注意します。

〈夜明けの風景〉



おはようございます
今日も1日頑張りましょう！

ヘルプマークをご存じですか？



○ヘルプマークって？

義足や人工関節を使用している方、内部障がいや難病の方、または妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としていることが外見からは分からない方が援助を得やすくなるよう作成されたマークです。ヘルプマークを身につけた方を見かけた場合は、電車・バス内で席をゆずる、困っているようであれば声をかける等、思いやりのある行動をお願いします。

○ヘルプマークストラップ配布場所、配布方法

- ①各区保健福祉センター（障がい福祉担当）
- ②福祉局障がい施策部障がい福祉課
- ③各大阪市サービスカウンター

※他市の場合は各市のホームページで確認。

ご利用される方からの申し出により、各窓口にて配布されます。

※障がい種別、等級、病名は問わず、配慮が必要な方に配布しています。

参考資料：大阪府、大阪市のホームページ



栄養科

食欲の「秋」に食べたい栄養が高い“旬の食材”を食べて冬に備えよう！

食欲の秋は美味しい食べ物がたくさんあります。旬の季節にとれる野菜や、天然の魚などは自然のリズムに合った、無理のない成長をしているため、農薬などの薬品や人工肥料などの使用量や回数も少なく、ビタミンやミネラル、脂質などの栄養素も多く含まれています。

●栄養が高く健康増進に繋がる秋の味覚

代表的なものとして、「秋刀魚」「鯖」「そば」「さつまいも」「茄子」「柿」などがあります。

おすすめレシピ

〈秋刀魚と茄子の蒲焼き丼〉

2人分 調理時間 20分 カロリー 739kcal 塩分 1.6g

材 料

ごはん 丼2杯分	秋刀魚 2尾
茄子 1/2本	大葉 2枚
醤油 大さじ3	砂糖 大さじ2
本みりん 大さじ3と1/2	料理酒 大さじ1
和風課粒だし 少々	小麦粉 適量
サラダ油 小さじ2	



健康教室

第2回 腰痛予防 ～あなたの腰痛は何型～

腰痛は症状によっていくつかの型に分かれています。腰痛をお持ちの方はその時どのような症状であったかを確認し、その症状によって処置や予防法が違う事を知ってもらいたいと思います。

今回は、皆さんが何型の腰痛で悩んでいるのかを確認しましょう。

① くまよ屈曲型

身体を前に倒した時、腰に痛みを感じます。お尻や太ももの裏、背中の筋肉が疲労等で硬くなり、身体を前に倒そうとすると骨盤の前への傾きが制限されて痛みが出ます。

例) 靴下を履く時に痛い、床の物を拾うときに痛い



② しんてん伸展型

身体を後ろへ反らした時、腰に痛みを感じます。足を上げる時の筋肉の短縮や緊張、骨盤の前への傾きや腰椎の前弯ようつゐ ぜんわんが強くなり、身体を反らした時に痛みが出てきます。

例) 座った状態から立つときに腰が伸びない、階段を下る時に困難



③ かいせん回旋型

身体を捻った時、腰に痛みを感じます。腹筋の筋力が無く緊張が不十分で、回旋動作の際、腰に回旋・伸展ストレスが加わり痛みが出てきます。

例) 後ろを振り向くときに痛い



④ 安静型

長時間座ったり立ったりの状態が続くと、腰周囲の筋肉が硬くなり、腰部に痛みや違和感を強く感じるようになります。

例) 長時間のデスクワークをした後に痛みや違和感を感じる

⑤ 不安定型

痛みが出てくる動きが決まっていません。

当てはまる型はありましたでしょうか？

次回は各腰痛の型に合わせた予防法をご紹介します。





秋刀魚の味

東住吉森本リハビリテーション病院
院長 服部 玲治



秋です。

食欲の秋、読書の秋、芸術の秋、スポーツの秋。日本の四季にあって様々に形容される一番気候のいい季節、皆さんは秋といえば「何の秋」を思い浮かべますか？今回は、食欲と芸術にちなんで、小津安二郎監督の映画「秋刀魚の味」についてのお話です。

「秋刀魚の味」は小津監督の最後の作品です。後期の作品には「秋刀魚の味」だけではなく「彼岸花」「秋日和」「小早川家の秋」と秋に関するタイトルが並んでいます。これは、この頃のせきりょうかん小津作品は年一本、秋ごろの上映ペースであった為でもあるのですが、冬へと向かう秋の寂寥感が作品群の気分を示しているといっても間違いではないと思います。「秋刀魚の味」のストーリーは、「妻を亡した父が、娘を嫁にやる話」と、一言で表すことができます。この作品に限りません、「晩春」「麦秋」「彼岸花」「秋日和」などはどれも娘の結婚の話です。子供は成長し、親は老いていく。老いは無常だが、人生は日々の繰り返して、連綿と子に引き継がれ続いていく。それをドラマチックな展開は無く、静かに淡々と描きながら、人生を凝縮したドラマに昇華し、奥深い感動をもたらします。どうしてそんなことが出来るのか、所謂小津調と称される手法は語りつくされていますが、ざっと挙げますと、低い位置から決まった構図。カメラは動かず固定。決まった人物のサイズ。人物の位置関係には気に留めず、話すときはカメラに向かってしゃべる。反復の多い独特のセリフまわし。シーンごとのカットは単純につなぐだけ。カットの間には風景や場所を示すショットがしばしば入る。何時も晴天。汚いものは決して映さない。等々。映し出されるものに偶然は無く、小道具はお銚子や囲碁盤の碁石まで徹底して配置する飾り込みを行い、俳優の仕草も語調も細かに決められています。例えば「秋刀魚の味」では、岩下志麻さんは「ワイシャツにアイロンをかける場面では、一つの方向に二回ゆっくりめにかけて、反対はそのスピードの二倍の速さで三回かけて、ちょっとアイロンを置いたら左手でうなじ上げて決められて、監督が納得されるまで50から60回はテストしています。」と回想されています。このような徹底した独自の作法で、人間を、世界を、じっとただ見つめ、画面に真実だけを定着させ、『もののあわれ』や『輪廻』など普遍的な意識や思想を観る者に感じさせるのです。



そうそう、「秋刀魚の味」には秋刀魚は全く出てきません。秋刀魚の旨さと苦みが作品の雰囲気を示しているのでしょう。そんな秋の味覚の代表のような秋刀魚ですが、江戸時代末期までは食用でなく灯油用の油として使われていました。“灯火親しむべし”という漢詩があります。“秋の夜は明りを灯して本を読むのに最適だ”という意味で、読書の秋の所以となった言葉です。昔の人は秋刀魚の油で秋の夜の読書を楽しんでいたのかも知れません。皆さんも、秋の夜長に「秋刀魚の味」を鑑賞し、芸術の秋と洒落込んでみてください。「まだ子供だよ。まるで色気がないし」「いやー、あるよ、十分ありますよ、あるんだ」「そうかな、あるかな」「ある、ある。まあ、

やってごらんよ。結構ありますよ」「そうかね」なんて独特のオウム返しのような会話が知らず心に染み込む夜半の秋もいものです。かくいう私は、娘を嫁にやる話というだけで、涙、涙で観てられないのですけど。

医療法人 橘会 理念

1. 患者さんの立場に立った、対話のある医療を提供するために努力します。
2. 地域医療施設との連携を深め、地域医療に貢献するために努力します。
3. より良い患者サービスをするために、働きがいのある職場環境の改善・維持に努めます。

東住吉森本リハビリテーション病院 基本方針

1. 患者さんと共に障害の克服に努め、家庭や社会への復帰を目指します。
2. 全人的医療を行うため、全職員が連携して患者さん一人一人に統合的アプローチを行います。
3. 地域医療機関と連携し、患者さんとそのご家族を支える環境構築に協力して、暮らしを応援します。
4. 職員が意欲を持って働くことのできる病院を目指します。

編集後記

編集 リハビリ広報室

今夏は西日本の集中豪雨から始まり、巨大台風や北海道の地震など、毎日のように全国各地で被害が報告されています。皆さんは大丈夫だったでしょうか？今年ほど災害に振り回される年は経験がないほどです。今回の災害では、危機意識の低さやライフライン（交通機関や電気、水道など）のもろさを露呈する形になりましたが、逆に色んなことを学んだと思います。今の時代は何が起きてもおかしくありません。今回の災害で起こったことを無駄にするのではなく、今後の教訓にしなくてはなりませんね。皆さんは災害対策、来ていますか？食糧や飲料の備蓄だけでなく、懐中電灯と電池も活躍しますよ！あとはこまめに情報収集することが大切です。携帯電話ではなく、ラジオがおすすめです。そして、“備えよ、常に”の気持ちを忘れずに。



病院概要

〒546-0022 大阪市東住吉区住道矢田 4-21-10

TEL 06-6701-2121 (代)

URL <http://www.tachibana-med.or.jp/morimoto-riha/>

<病院までのアクセス>

- ✿近鉄南大阪線 矢田駅から徒歩 約15分
- ✿大阪市バス 天王寺から住道矢田下車 約2分
- ✿北港観光バス 西田辺から住道矢田8丁目下車 約3分

