

埼玉県総合リハビリテーションセンターだより



<今号の内容>

- パーキンソン病患者のリハビリ訓練体験会……………1
- 嚥下障害（飲み込み困難）のリハビリの流れ……………2
- 嚥下障害に関する職員教育・おすすめレシピ……………3
- 新規採用医師の紹介・スポーツ大会出場、体育祭…4



<ランチタイムセミナー情報>
過去のセミナーも随時公開中！

発行：埼玉県総合リハビリテーションセンター
〒362-8567 埼玉県上尾市西貝塚 148-1
TEL 048-781-2222

パーキンソン病患者リハビリ訓練体験会を開催しました！

10月20日（日）午後、当センターにおいて「パーキンソン病患者リハビリ訓練体験会」を開催しました。患者さん及びご家族計57名の方に参加をいただきました。

体験会は約2時間にわたり、少しハードな内容でしたが、皆さん体をよく動かし最後までしっかりと参加されました。以下、体験した訓練の一部を紹介します。

今後こうした機会を設けたいと考えています。



大きな声を出す発声訓練



体幹下肢のストレッチ



棒を使ったパーキンソールン体操



VR(仮想現実) 機器を使った姿勢の訓練

パーキンソン病に対しては運動療法がとても大切です。特に1か月程度集中的にリハビリ訓練を行うことで、身体機能の向上を図ることができます。当センターは、パーキンソン病患者への集中リハビリ訓練を提供する、県内でも希少な医療機関です。お問い合わせは医療相談科まで。

嚥下障害（飲み込み困難）のリハビリの流れ（言語聴覚科）

脳血管障害、神経難病、頭部外傷などで飲み込みが難しくなった方々が、当センターを利用されています。嚥下障害（飲み込み困難）のリハビリの流れと内容をご紹介します。

まず、どのような状態か評価を行います。食事の際に、頻回にムせてしまうなどの問題がある方やまだ食事を取れない（経管栄養など）方は、嚥下造影検査（VF）や嚥下内視鏡検査（VE）を行います。そして、食べ物か喉を通過していく様子を確認して、飲み込みやすい食事（嚥下食）の形態を検討します。同時に飲み込みの運動のリハビリを実施します。

食事を取れない方は、経管栄養で管理しながら、飲み込みの運動リハビリを中心に実施し、安全を確認しながら、徐々に食べ物を使ったリハビリに移行していきます。

口から食べられているがムせてしまう人は、飲み込みのリハビリと嚥下食を取ることを、同時に進んでいきます。そのため、嚥下食の形態をリハビリの内容と患者さんの状態に合わせる必要があります。当センターでは、食材の選定、調理方法、刻み方などを変えることで、多種類の嚥下食を作成し、食べること＝リハビリの実施という形をとっていきます。

嚥下食の紹介を掲載します。（この他、通常食も患者さんの状態に合わせて、数通りの刻み方やとろみのつけ方が適用されます。）



ミキサーでなめらかにし、べとつかずまとまりのある形態



形があり、舌で押しつぶしが可能な形態



葉先の野菜、薄切り抜くなどの素材を選び、柔らかく仕上がるよう調理方法を工夫した形態

嚥下障害に関連する職員教育について（看護部）

嚥下障害がある方は不顕性誤嚥（ふけんせいごえん 異物が気管に侵入しても感覚がない状態）により肺炎を起こしてしまうことがあります。予防のためには口腔内をきれいに保つことが重要です。日常生活を援助する看護師・看護補助者に対する教育として、歯科衛生士から口腔ケアの講義と実技の研修を行っています。また、嚥下障害がある方の食事場面や口腔ケア時の姿勢も重要です。唾液や水分を誤嚥しないような姿勢やあごの位置を、脳卒中リハビリテーション看護認定看護師から指導を受け、実際に体験をしています。

【口腔ケア研修】



口腔ケアには色々な
物品があります

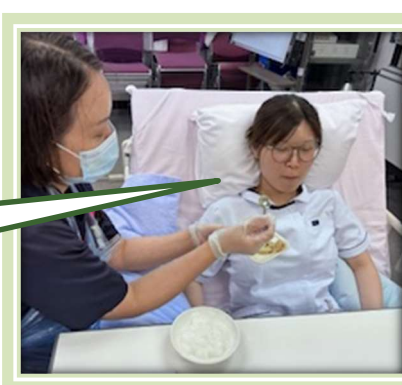
【嚥下障害のある方の食事演習】

言語聴覚科の写真にある様々な食事形態を試食します。
首の角度や姿勢を変えながら飲み込みやすい姿勢を体験します。姿勢の大切さと、
嚥下障害がある方が食べやすい食事介助方法も学びます。



あごを挙げてゴックン

枕で頭を高くして
あごを引いてゴックン



栄養科のおすすめレシピ°（かんたん水分補給ゼリー）

ムセやすい方は水分をとる量が少なくなってしまうことが良くあります。
そんな時にお勧めするゼリーです。鍋を使わず、フリーザーバッグで作ることができます。

【用意するもの】 フリーザーバッグMサイズ・粉ゼラチン・ポットのお湯

★お好みの液体（スポーツドリンク・ジュース・茶・だし汁・スープなど）

【分量】 下記の表を参照

	やわらかめ	基本	かため
粉ゼラチン	5g	5g	5g
お湯(60℃以下)	50cc	50cc	50cc
★お好みの液体	250cc	200cc	150cc



基本分量のゼリー

【作り方】

- ① フリーザーバッグに分量のお湯を入れ、粉ゼラチンを少しずつ振り入れる
- ② ジッパーを閉じて1~2分放置し、ゼラチンが溶けるのを待ってから袋を振って混ぜる
- ③ 溶けない場合は、袋ごと電子レンジで10~20秒加熱する
- ④ ゼラチンが溶けたら、★お好みの液体を入れて封をし、よく混ぜる
- ⑤ 袋ごと冷蔵庫に入れて冷やし固める（別の器に入れても固めることができます）



新規採用医師紹介



氏名：鴨下 海太 (かもした かいた)
職名：医員
診療科目：リハビリテーション科
卒業学校：日本大学
出身医局：順天堂大学リハビリテーション科
研究・専門：リハビリテーション医学

<自己紹介>

はじめまして。令和6年10月1日から診療部リハビリテーション科に赴任しました鴨下海太です。東京都出身です。研修医時代にリハビリテーション科をローテーションした時にリハビリテーション医学に興味を持ちました。令和5年4月に大学病院のリハビリテーション科に入局以降は、急性期病棟を中心にリハビリテーション医療に従事しておりました。

この度初めて回復期病棟で働くことになりました。患者さんのその後の生活や社会復帰がより良いものになるよう、責任感を持って仕事に励んでいきたいと思っております。

医師としての経験も浅く、不慣れでご迷惑をおかけすることも多々あるかと思いますが、見かけた際には気軽にお声がけいただけると嬉しいです。どうぞよろしくお願いいたします。

全国障害者スポーツ大会に出場・体育祭を開催！

認定健康増進施設をご利用の3名が、埼玉県代表選手として、佐賀県で行われた全国障害者スポーツ大会に参加し、皆さんがメダルを獲得しました！ 来年は滋賀県で開催されます。何かスポーツを始めたい、大会に出たい、という方は是非ご相談ください。(048-781-2222 まで)



永田貴嗣 選手 陸上競技
(50m、ジャベリックスロー)



神戸大智 選手 陸上競技
(50m、ジャベリックスロー)



清野義人 選手 フライングディスク
(アキュラシーディスリートファイブ、
ディスタンスメンズ・シティング)



11月13日、障害者支援施設の入所者を対象に、施設行事「体育祭」を開催しました。24人の選手が紅白に分かれて競いました。普段の訓練とは違う雰囲気の中、「スポーツの秋」を満喫しました。健康増進担当では、楽しむスポーツ、競うスポーツ、交流するスポーツなど、いろいろな形で障がいのある方のニーズに応じて、スポーツ参加を支援しています。