

リハビリ専門家からのメッセージ

～脳卒中発症予防とともに、患者が安心して社会復帰できるために～(上)

医療法人上善会かりゆし病院 回復期リハビリテーション病棟

リハビリテーション科 古橋哲専門医・理学療法士 西原美樹課長・理学療法士 石垣司主任

今回の「Let'sおきなわ21」は、リハビリ専門家3人へのインタビュー内容を2回に分けて紹介します。

「第7次沖縄県医療計画」について

県では、疾病の早期発見、早期治療の地域全体で切れ目なく必要な医療が適切に提供される体制を確保するため、各関係機関がともに取組を推進するための指針として「第7次沖縄県医療計画」を策定しています。脳卒中は、脳の血管が詰まったり破れたりすることによって脳機能に障害が起きる疾患で、脳梗塞・脳内出血・くも膜下出血に大別され、県の死亡原因の第3位です。

高血圧・糖尿病・脂質異常症が発症リスクとなり、生活習慣の改善と血圧などの管理を行い、発症を予防することが重要です。

脳卒中の課題は、①男性の脳内出血の死亡率が高い②働き盛り世代の死亡率が高い③重度の要介護者の介護原因となつていきます(表)。

(※文字数上、敬称略・話し言葉を文語体にしていきます)

質問1. 専門家の立場から、脳卒中の発症を予防するために伝えたいことは?

かりゆし病院には健診センターが併設され、健診に力を入れている。

人間ドックや健康診断の結果に有所見があっても、病院を受診しない若い方が多い。

受診することが一番大切!

また、初回発症の予防だけでなく、再発予防も大切!

脳卒中は生活習慣病で起り、動脈硬化が全身に進んでいる場合は繰り返して発症する。

男女ともに年齢調整死亡率が全国より高く、男性は全国第7位の死亡率

(H27年、人口10万人対)

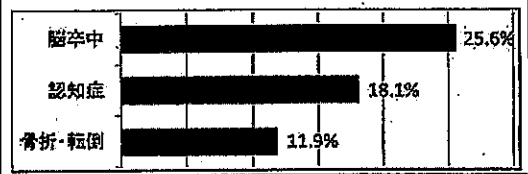
	全国	沖縄県	順位
男性	14.1	18.3	第7位
女性	6.3	6.5	第24位

男性の脳内出血での40～50歳代の死亡率が特に高く全国の約2倍

(H27年、人口10万人対)

	全国	沖縄県	順位
45～49歳	10.1	21.7	第2位
50～54歳	16.5	22.4	第11位
55～59歳	23.4	47.6	第1位

重度の要介護者の介護要因の第1位が脳卒中で、重度認定者の25%を占める



たりの、禁煙を勧めたりしている。食事の面では、患者や家族に管理栄養士が栄養指導の時間を設けている。患者が無理をせずに済むようから生活習慣を見直し、変えるように説明している。

また、歯が悪いと物が噛めないし、歯周病があると糖尿病が悪化する。歯科衛生士が、口腔衛生管理を実施している。定期的な通院を続けることが一番大切。

最近30代～40代の脳卒中患者が増えてきた。共働きで子育てしながらの生活は、自分の事が後回しになり、食習慣が偏っていたりしていませんか? また、自分が食べたい物だけを食べて、喫煙や飲酒などについて検査や指摘されても放置していたのではないかと、この印象がある。

予測だが、検査で有所見と指摘されても、症状が出ていないため大丈夫だと思っているのではないかと、早めの段階で治療をしていけば倒れなかったのではないかと、思う。

再発防止には運動習慣も重要で、退院前に職員が集まり、患者の退院後の活動度を検討する。後遺症の1つとして発動性(自主性・やる気)が低くなってしまう場合があり、専門的な立場から身体を動かす事を促した方がいい。

患者の生活習慣について、「どんな事が好きで、どんな習慣があったのか」を把握し、できるだけの元の生活に戻れるようにする。退院後は、介護保険サービスを利用して運動する方法もあるが、話好きな人の場合は、近所の話し相手に会いに行くなど「移動手段をどうするか」「1人行けるのか」「難しければ誰がついていくのか」等を検討し、発動性を引き出して自然に社会復帰が

または自宅では車椅子生活でも介護保険サービス(通所介護・通所リハ等)では介助者がいるため見守りしてもらいながら歩行する。歩行回数が増えることで筋力が向上し歩行能力が保たれる。

自宅で安全に過ごす方法と、見守りがある環境で動く方法を、使い分けながら発動性が上がるように工夫している。

後遺症があっても、「ある条件なら2ヶ月まで運動出来るか」「どの位歩ければ休むが必要か」「歩行機」等を、専門的立場から介護者へ分かりやすく説明をしている。

質問2. かりゆし病院ではどのような病状の脳卒中患者を受け入れているか?

病状が安定し、集中的なリハビリが必要の方が入院する。脳卒中も対象疾患で、発症から2カ月以内(必須)に入院する条件があるため留意して欲しい。

「回復期リハビリテーション病棟」が44床あり、リハビリ専門医1人・回復期病棟担当職員(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)20人を配置。リハビリ患者の内、脳卒中の方は約8割。

脳卒中は最長で6カ月間の入院が可能だが、回復状況により早期退院となる場合もあり期間は確約されていない。

入院するとすぐに、退院時の目標(家庭復帰・社会復帰)に向け、患者を中心に家族・介護者・職場の方(職場復帰する場合)・行政機関(家庭の状況に合う制度やサービスを受ける場合)や介護保険サービス提供事業者等と話し合う場を持つ。