



～地域包括ケア病棟での取り組み～
 入院生活もリハビリにする
「日常生活動作表(ADL表)」作成中!

入院生活中では、リハビリ職員と病棟職員とで、患者様への介助量が異なることが多々あり、問題となっています。リハビリの成果が共有されなかったり、病棟職員が安全を考慮し過介助になるからです。これではリハビリでの練習が定着しにくい可能性があります。そこで、職員同士で介助量の情報共有を図る取り組みを試みることにしました。現在患者様の現状の動作能力が一目で確認できる、**「日常生活動作表(ADL表)」**を各患者様の病室に貼りだしています。

病棟でのトイレ動作について

_____様

昼間	<input type="checkbox"/> 身障者用トイレ	<input type="checkbox"/> 一般トイレ	<input type="checkbox"/> Pトイレ
夜間	<input type="checkbox"/> オムツ	<input type="checkbox"/> 一般トイレ	<input type="checkbox"/> Pトイレ
尿便意	<input type="checkbox"/> あり	<input type="checkbox"/> なし	
ナースコール	<input type="checkbox"/> 可	<input type="checkbox"/> 不可	
介助	<input type="checkbox"/> 促し(時間誘導)	<input type="checkbox"/> 動作介助	

トイレ移動

手段
独歩 歩行器 車椅子

介助量
自立 一部介助 全介助

()

移乗動作

介助量
自立 一部介助 全介助

介助方法
臀部を支える 方向転換

()

下衣操作

介助量
自立 一部介助 全介助

介助方法
立位保持 下衣の上げ下げ

()

陰部清拭

介助量
自立 一部介助 全介助

介助方法
立位保持 拭いているか確認

()

作成日：___月___日 作成者：_____

日常生活動作とは、人が日常を送る上で最低限必要な動作の事を指します。リハビリ職員が安全性を評価した上でこの情報を提供することで、病棟のケア中も、患者様はリハビリと殆ど同じように動作を出来るようになります。また、病棟職員も過介助を避けられるため職員の負担も軽減できます。

これを使って「**できるADL**」を「**しているADL**」に近づけ、患者様の早期退院を目指していきます。また、使いやすく、ご家族もリハビリの成果がわかりやすいように、これからもアップデートを続けていきます!

■ 医療法人 関越中央病院

入院だけでなく外来リハにも対応しております。
主治医にご相談ください。

▶ 施設基準

心大血管疾患リハビリテーション料Ⅰ
脳血管疾患等リハビリテーション料Ⅰ
廃用症候群リハビリテーション料Ⅰ
運動器リハビリテーション料Ⅰ
呼吸器リハビリテーション料Ⅰ
がん患者リハビリテーション料
摂食機能療法



病院リハ部門 主任
丸山あすみ 松下知史

心臓リハ部門 主任
津久井亮

■ 通所リハビリテーション関越中央

1~2時間の短時間通所リハ、6~7時間の長時間
通所リハを行っております。
相談員業務をリハ職が行うことにより、利用者様
に合わせた最適なプランを提案させていただきます。

■ 訪問リハビリテーション関越中央

病院で急性期リハを学んだ職員が対応することで、
心臓・呼吸に問題のある利用者様も安心してご利用
頂けます。



介護リハ部門 主任
狩野和子 田口裕一

空き状況	月	火	水	木	金
短時間型通所リハ 1クール 9:00~10:15	○	△	○	○	○
短時間型通所リハ 2クール 10:30~11:45	○	△	○ 11月より開始	○	△
長時間型通所リハ 9:00~15:15	○	○	○	○	○
訪問リハビリ 13:00~17:00	△	○	○	○	△

○：受け入れ可能 △：要相談 × 受入困難

〒370-3513 群馬県高崎市北原町71

TEL：027-373-5115（代）FAX：027-372-2829

アドレス：reha@kan-etsu-hospital.com

ひとことコラム 第51回

「寒いからって電気毛布は逆に眠れない？」



「眠気」を感じる時、深部体温の低下が生じています。それに先行して、手背・足背といった末梢の皮膚体温が深部体温に先行して相対的に上昇し、熱放散を起こすことで、深部体温を下げるといわれています。つまり**質の良い睡眠をとるためには、手足を温め、体幹の熱を逃がすことが大切になります。**逆に電気毛布などで布団の環境を温めすぎると、深部体温の放散が滞り、夜間覚醒が増えるという話もあります。

その手段の1つとして、睡眠前の足湯が注目されています。**毎晩20分間ずつ41~42度の足湯を行うことで、自覚的な睡眠の質が向上した**という報告がありました。足湯により末梢体温が上昇し、深部体温の熱放散の一助となっているようです。

本格的に寒くなってきたこの頃です。もし睡眠にお悩みの方がいましたら、電気毛布の電源は落とし、寝る前に足湯を試してみてください。私は大抵寝落ちて布団も被っていないので、深部体温が凄く良く下がります(寒くて目が覚めます)。