

<p>一般社団法人青森県作業療法士会広報誌</p> <h1>Wa!!</h1> <p>-web版-</p>	<p>—第4号—</p> <p>一般社団法人 青森県作業療法士会 広報誌 Wa!!-web版-</p> <p>○発行日： 平成22年2月22日</p> <p>○発行責任者： 青森県作業療法士会 小山内隆生</p>
---	--

— 脊髄損傷と作業療法 —

国立大学法人弘前大学医学部附属病院 作業療法士 對馬祥子

脊髄損傷とは、首の骨や背骨の中を通っている脊髄神経が傷ついた状態を指します。脊髄神経は脳と手足などの体をつないでいる太い神経で、運動神経と感覚神経、自律神経からなり、場所によって頸髄、胸髄、腰髄に分けられます。脊髄損傷は、交通事故や階段などから落ちるなどの外傷によるものが圧倒的に多く、他に脊髄の病気によってもおこります。この脊髄が損傷されると、神経が傷つき、脳からの命令が手足に届かず、運動麻痺になります。また、物を触った感触や温かい、冷たいといった感覚の情報を脳へ伝えることができなくなり、感覚を感じなくなります。つまり「動かない、感じない」という状態になります。さらに血液の循環、呼吸、排泄など生きていくうえで必要な活動も障害されます。例えば、排泄のコントロールができずに意図しない時に尿や便が出てしまったり、出たことすらわからなくなってしまいます。また、損傷された場所によっては、人工呼吸器なしには生きられなくなる場合もあります。困ったことに、脊髄は一度損傷されると修復・再生されることはありません。

そこで作業療法では、残された機能を活用し、いかに日常生活の動作を可能にするかという点に主眼がおかれ、個々の状態にあった訓練や指導、自助具や装具を作製したり、生活環境を調整したりして、生活の援助をします。

— 脊髄損傷の機能訓練と生活指導 —

脊髄損傷に対する作業療法の内容は、脊髄の損傷した場所、損傷を受けてからの時期などによって大きく変化します。

損傷から間もない時期では安静を強いられる場合が多く、関節がかたくならないように関節を動かす訓練が中心となります。また人工呼吸器を装着し会話が出来ない場合は、意思疎通の手段を確保するために 50 音が書かれた文字盤などを利用します。

この時期を過ぎると少しずつ座位姿勢へと進めますが、まだ呼吸・体温・血圧等の全身状態は不安定ですので、その改善・安定を図りながらの訓練となります。そして車椅子へと生活範囲を拡げ姿勢を安定させる一方で、座り続けることによる褥瘡（床ずれ）防止のため、体の同じ場所に長時間圧力がかからないように指導します。また同時に積極的な筋力を向上させる訓練を行いますが、損傷した脊髄の部位や損傷の程度によって活動が期待できる筋肉が限られてくるので、それまで可能だった日常生活の動作が困難になる可能性があります。

そこで作業療法士は、いかに自立あるいは介助が少ない生活を送れるかという視点に立ち、普段私たちが行なっている食事やトイレ動作などといった日常生活の動作を見直し、その方に合った動作の方法を指導したり訓練を行います。例えば指や腕の一部に麻痺を来たす頸髄の損傷では、作業療法士が個々の状態にあった自助具や装具を作製し、これらを使い食事や身だしなみといった日常生活の動作を行なうことがあります。

このように作業療法士は、個々の脊髄損傷者の治療から生活全般に至るまで幅広く、きめ細かく関わっています。



<独立行政法人労働者健康福祉機構青森労災病院 作業療法士 豊田英司>

— 脊髄損傷の環境調整と生活支援 —

脊髄損傷を受けた方は、障害の部位により異なりますが、手足や体を動かすことが困難となり、場合によっては寝たきりに近い状態になることがあります。このような障害を受けると、残された運動機能を活用しながら生活していく必要があります。そのために、作業療法士は福祉機器の導入や必要に応じて住宅改修などを提案し、自立した生活を送る手助けとして、以下のことを行います。

①福祉機器の導入について

寝ているところから起き上がるために、その方に適合した電動ベッドやベッド柵の選定、ベッドから車椅子に移るために様々な福祉機器を提案します。また、移動するために、その方に適合した車椅子や電動車椅子の選定を行い、操作方法の指導をします。

②住宅改修について

室内を車椅子で安全かつ楽に移動するために、移動に支障がある場所や段差を確認し、改修の提案をします。また、屋外に出ることも考え、スロープの設置や昇降機の利用を検討します。

これらに加えて、さらに活動範囲を広げたり、生きがいのある生活を送る支援として、自分で車を運転するために、自動車の改造の情報提供などを行います。また、字や絵を描く・写真を撮るなどの様々な趣味的活動を行うために、手・足・口などの動きを補助する道具を作製し、使い方を練習します。この他に、心理的サポートも本人だけでなく家族に対して行います。



このように自立した生活や、活動範囲を広げる、生きがいのある生活を送るために手助けをしていくことが、私たち作業療法士の大切な役目です。

<医療法人ときわ会 ときわ会病院 作業療法士 藤原昭子>

片手でやってみよう!

片手を使えない方が片手で歯磨きをする時、平らなところに歯ブラシをおいて歯みがき粉をつけようとします。しかし歯ブラシがぐらついて安定しないので、歯みがき粉をうまく歯ブラシにつけることが難しくなります。

この場合、市販されている「ハブラシキャッチ」が活躍します。使い方は、ハブラシキャッチを平らなところにぴったりと密着させて固定し、歯ブラシを中央の溝のところにしっかりはめ込みます。それにより、歯ブラシを持たなくてもしっかり安定し、歯ブラシに歯みがき粉をつけることができます。その結果、片手が使えなくても一人で歯磨きができるようになります。



一般社団法人青森県作業療法士会は、命を大切にする心を育む県民運動に協賛しています。

一般社団法人

青森県作業療法士会

事務局

〒036-8564 弘前市本町 66-1

TEL&FAX: 0172-39-5991

ホームページ: <http://www.aomoriot.org/>

一次号の予告

転倒に対するリハビリテーション

～作業療法士の関わり～

平成22年8月発行予定

※都合により掲載内容が変わることがあります。