

---

# リハビリテーション天草病院だより

---

2024年7月

No. 111



発行 埼玉県越谷市平方343-1 / (医) 敬愛会広報委員会

---

## 変わりゆくもの変わらないもの

教育研究部 部長 保谷 勝義

入職当時、高齢の女性患者さんから“人生なんてあつという間よ”とつぶやかれた言葉が37年の年月を経て骨身に染みるようになった。昔は病棟内を縦横無尽に歩きまわっていたのに今は何もない所でつまづき、また、指先の器用さを何気なく自慢していたのに、自分の意志に関係なく物を落とし、こぼし、妻に失笑され・・・若い職員と話す機会があれば、“人生なんてあつという間だよ”と伝達してあげたいと本気で思っている。

皆さんもご存じのように、「光陰矢の如し」とは“月日が過ぎていくのは飛ぶ矢のように早い”という意味だが、自分の取り巻く環境もまさしくその如く変化していった。

天草病院は今でこそ誰にでも自慢できる立派な建物に変貌したが、私が入職した時は、片田舎の療養所のような建物で、周りを麦畑や田んぼで覆われていたやや牧歌的な印象を受ける情景であった。

また、病院やその周囲の環境だけでなく、医療情勢も目まぐるしく変化してきた。

初めて担当した方は発症から十数年経過した片麻痺患者さんであったが、他の患者さんも同程度の年数が経過した方ばかりであり、長期目標を設定するといっても“今更家に帰れる訳はないし・・・”と頭を悩ましたものだ。それが今では、傷病名等によって発症日からの入院期間が60日間・90日間・150日間・180日間と決められており、その比較的短い期間のなかで効率的な医療が受けられるような体制が全国的に整えられてきた。

日本だけでなく、世界的に少子高齢化が進んでいるため、当然ながら財政健全化のためにも社会保障費もコントロールしなくてはいけないのは分かるが、「変わりゆくもの」に頭と体がついていけない。

そのような激動のなかで、今もこうして臨床現場に立ち続けていられるのは、自分のなかにある「変わらないもの」があるからだ。

意識するしないにかかわらず、私たちは全ての感覚器官を通じて外部環境と恒常的に関係をとっているため、様々なことが自律的に行うことができている。しかし、脳に障害を受けた方々は程度に差はあるが、自身の安定が優先されるため、結果的に内部固定を強めて、運動の多くを努力的・意識的に行いやすい傾向がある。なので、私たちの仕事は、頑張っている方々に“もっと頑張れ”と言うのではなく、一人ひとりの置かれている背景、目に見えない部分も丁寧に評価して、その方が一人でも楽に生き続けられるように手をたずさえることだと思っている。言い換えれば「患者さんの視点で考えること」。これこそが私のなかでずっと「変わらないもの」である。

今年も大勢の新入職員の方々が入職されてきた。彼らもきつと長い年月のなかで逆らうことのできない大きな変化を何度も経験するだろう。しかし、どんな時でも自分のなかにある「変わらないもの」を大切に、脈々と当院で受け継がれている『患者さんの立場に立った医療』を未来へと繋げていってほしいと切に願うばかりである。

## 当院年度別退院患者集計

退院年度		2021年度		2022年度		2023年度		単位
退院患者数		737		704		673		人
性別	男性	433	58.8%	385	54.7%	389	57.8%	人
	女性	304	41.2%	319	45.3%	284	42.2%	人
入院時年齢	91歳以上	10	1.4%	9	1.3%	19	2.8%	人
	81～90歳	198	26.9%	196	27.8%	197	29.3%	人
	71～80歳	250	33.9%	225	32.0%	191	28.4%	人
	61～70歳	111	15.1%	105	14.9%	114	16.9%	人
	51～60歳	95	12.9%	92	13.1%	89	13.2%	人
	41～50歳	51	6.9%	50	7.1%	47	7.0%	人
	31～40歳	7	0.9%	14	2.0%	10	1.5%	人
	30歳以下	15	2.0%	13	1.8%	6	0.9%	人
平均	70.9		70.6		71.4		歳	
入院期間	181日以上	4	0.5%	3	0.4%	11	1.6%	人
	151～180日	75	10.2%	98	13.9%	105	15.6%	人
	121～150日	96	13.0%	117	16.6%	93	13.8%	人
	91～120日	116	15.7%	113	16.1%	85	12.6%	人
	61～90日	215	29.2%	170	24.1%	187	27.8%	人
	31～60日	156	21.2%	136	19.3%	130	19.3%	人
	30日以下	75	10.2%	67	9.5%	62	9.2%	人
	平均	86.2		92.5		93.8		日
疾患別リハ料	脳血管リハ	566	76.8%	584	83.0%	524	77.9%	人
	運動器リハ	167	22.7%	112	15.9%	137	20.4%	人
	廃用症候群リハ	3	0.4%	8	1.1%	12	1.8%	人
	リハ対象外	1	0.1%	0	0.0%	0	0.0%	人
疾患内訳	脳梗塞	289	39.2%	315	44.7%	288	42.8%	人
	脳出血	144	19.5%	137	19.5%	140	20.8%	人
	クモ膜下出血	50	6.8%	43	6.1%	30	4.5%	人
	他の神経疾患	82	11.1%	92	13.1%	65	9.7%	人
	廃用症候群	3	0.4%	7	1.0%	11	1.6%	人
	急性増悪	0	0.0%	1	0.1%	1	0.1%	人
	骨折	125	17.0%	80	11.4%	106	15.8%	人
	骨折以外の運動器疾患	43	5.8%	29	4.1%	32	4.8%	人
リハ対象外の疾患	1	0.1%	0	0.0%	0	0.0%	人	
診療実績等	重症患者率	46.2		47.6		54.5		%
	重症患者改善率	76.2		75.1		71.7		%
	在宅復帰率	82.9		82.2		80.5		%
	経口摂取回復率	50.5		55.1		51.8		%
	FIM利得	30.4		30.6		30.0		点
	リハビリ実績指数	57.2		53.8		48.9		点

回復期リハビリテーション病棟入院料1 施設基準

- ・重症患者率：40%以上
- ・在宅等復帰率：70%以上
- ・重症患者改善率 30%以上
- ・リハビリ実績指数：40以上

## 「暗闇から一筋の光が・・・」

越谷市 岩崎 章

2024年3月7日夕方5時頃、現場から会社に戻るため車を運転していたところ突然、頭がフワーっとして吐き気を催し、これはちょっとおかしいぞと思い車を停めて外へ出てみると足の感覚がおかしく、地面に足がついている感覚がなく、手もだんだん力が入らなくなり、いよいよこれはまずいぞと思って息子に連絡し大至急、自分のところまで来てもらい同時に救急車を呼んでもらいました。

そう・・・この時から私の人生は180度、変わってしまいました。病院に搬送され翌日、目が覚めると腕も足も感覚はあるのに、動かそうと思ってもうんとすんともいわず、看護師さんに手足が動かない旨を伝えたところ、そこで初めて自分が脳梗塞に罹って、その後遺症で右半身麻痺になってしまったことを知りました。昨日まで何不自由なく手も足も動かして元気いっぱい仕事をしていた自分が、こんな病気になるなんて・・・。こんな後遺症が残った身体になるなんて・・・。情けないなか丸二日、年甲斐もなく泣き続けました。しかし、家族や周りの人間は一緒に落ち込むどころか大丈夫だよ！リハビリをすれば元の身体に戻るよ！なんて励ましの言葉ばかりで、泣いていられる環境や雰囲気じゃありませんでしたが、それでも病院にいる間はどうしても前向きな気持ちにはなれませんでした。しかし、天草病院に転院してきてビックリしました。それはなぜかと言うと、リハビリしている患者さんも働いている職員の方々も含めて病院全体が全く悲壮感もなく、一生懸命リ

ハビリをして必ず元気な身体に戻ってやろう、必ず社会復帰してやろうという明るく前向きな熱意しか感じられなかったからです。当然、職員の皆さんから出る言葉も励ますだけではなく、ダメダメ！とか、もっともっと！などとの叱咤激励の言葉も飛び交う、病院というよりもトレーニングセンターのような環境で、悩んだり落ち込んだりしている暇もないくらい回復に向けた空気感が作り出され、私自身も各種リハビリの担当者さんに恵まれておりまして皆さん、優しくて思いやりがあり、たまに弱音や愚痴も言いたくなる時があるのですが、そんな時もしっかり聞いてくれ受け止めてくれたり、または諭してくれたり、自分より圧倒的に若い担当さんたちに精神面でも助けられました。思えばこんな身体になってしまったのも日頃から家族に食生活のことで注意を受けたり、体調面でも病院に行って診てもらった方が良かったと言われたことも何度もあり、それでも頑なに行かなかったり言うことを聞かなかった自分自身の怠慢さが招いた結果だと思う。今、天草病院に入院して早、一ヶ月半が経ち、こうして右半身が不自由な人間に自分はなってしまったのだ、今までの当たり前がもう今の自分には当たり前ではないのだ。むしろ出来ない方が逆に当たり前になりました。そうすると、毎日が何かしら新しい「出来た」の連続で前向きにリハビリに向き合えるようになりました。こういう気持ちになれたのも、ひとえに天草病院で働いている看護師の方々、麻痺を治そうと補助してくれるリハビリのスタッフの方々、それ以外にも多くの医療従事者の方々、全ての方々のお陰です。一時は闇しか見えなかった未来が、今では明るい一筋の光が差し込んできた未来へと変わってきております。本当にこの天草病院に転院して来て良かったと思いが

ら、今日も一生懸命、麻痺の克服に向けリハビリに励みながら、新しい自分を作ろうと頑張っている最中です。

※患者様は杖歩行可能な状態に回復し、令和6年6月、ご自宅に退院されています。退院後は当院で外来でのリハビリを継続しています。

(投稿日 令和6年5月31日)

## 「環境は「やる気」の次に大事なこと！」

越谷市 泉 秀昌

2024年、年明け早々、両足裏に違和感を感じました。当初は軽い痺れ程度でしたが、その痺れは次第に上がってきて慌てて神経内科を受診しました。レントゲン検査の結果、痺れは頸部脊柱管狭窄症からくるものだと診断され、専門クリニックにて入院。手術（頸椎椎弓形成術）を実施しました。しかしながら症状は悪化するため、妻の勧めで大学病院に検査入院することになりました。大学病院では十数項目もの検査を実施しましたが、全て異常なし。病名も確定しないまま非常に不安な思いでリハビリ病院を探すことになりました。近隣のリハビリ病院のホームページを確認したところ、天草病院の「天草病院のリハビリテーションは、あきらめない」という簡単ながら分かり易いキャッチフレーズにインスピレーションを感じ、この病院を選ばせていただきました。リハビリテーション病院というだけあってリハビリのスタッフ、設備共に素晴らしく、私を担当してくださっている作業療法士は、通常のリハビリだけでなく自主トレの大事さを教えてくださりました。1日24時間ある中でたった1時間でも自主トレする時間に回すだけで回復の早さは違うと教えてくださいました。以来、自主トレは欠か

さず実施しております。担当、理学療法士はどのようにすれば私が良くなるのかトレーニング方法を日々考えていただき、リハビリ中に目つきが変わって鬼教官になることも多々ありますが誠心誠意対応してくださっていることが伝わっており、本当に感謝しております。一方、病室においては同室患者さんと仲良くさせていただいております。空いた時間でラーメン屋の話や恋バナ等をして楽しく過ごし、お互いに自主トレを励ましあえる環境になっております。また、同じ病棟の患者さんでマスコットの存在のおばあちゃんは、いつも笑顔にさせてくれていてチャレンジ精神を勉強させてもらっています。最後に3つの病院を経験したから言えるこの病院の最も素晴らしい環境は、看護師・介護士の素晴らしさです。いつも明るく笑いが満ち溢れている環境を作ってくれて、リハビリがうまく行かなかった時でも「そういう日もあるよ」と励まして笑顔にさせてくれます。嫌な顔ひとつせず笑顔で対応して下さる方ばかりで、関西弁で一昔前のギャグを交えて笑わせてくれる方、時々おっさんのような掛け声で笑わせてくれる方、優しい眼差しで応援してくれる方などいて、病棟の居心地を良くしてくれています。先日も高熱を出したのですが、手厚い看病はもちろんですが、担当医の先生をはじめ本当に心配をかけてしまいました。この場をお借りして手厚い処置に感謝申し上げます。私はこの恵まれた環境下で自身が掲げた目標に向け、これからも悔いなくリハビリに注力してまいります。

\*患者様は現在、自宅退院に向けて、入院でのリハビリを続けています。今後、退院後の生活に必要な準備を整えて、退院日を迎える予定です。

(投稿日 令和6年6月6日)

## 上半身を美しく

リハビリ部 地域リハビリ担当 阿部 高家

私たちの部署では、越谷市と共同で数多くの独自の介護予防体操を考案し、市民の方に普及啓発を図ってきました。

今回は、それらの経験をもとに健康増進に寄与できる体操を3回シリーズでご紹介させていただきます。ポイントは、毎日継続して行うことです。

今回のテーマは「猫背を防止し、美しい上半身を取り戻す！」です。加齢や、長時間同じ姿勢での作業に伴い猫背になりやすいので、少しでも良い姿勢にしていきましょう。背骨周りに痛みが日常的にある方は、医師に確認し、影響のない範囲や部位にとどめて実施してください。なお、運動の前後に両手をバンザイし、腕の上がる範囲や、脇の下や肩周りの詰まる感じ、そして腕の重さなどを確認すると、運動の効果判定に使えます。

### ① 首の運動 (②の運動の準備になります)

この運動は、椅子に背中をつけたまま行くと、背骨を固定できて首の運動に効果的です。まずは**写真1**のように、顎を引いて胸元に近づけ、次になるべく胸元から顎が離れないように、頭を後方に引きます。



この前後運動をゆっくり5往復行い、頭が背骨の真上に乗っかることをイメージしてみましょう。

### ② 胸と脇腹の運動

写真2のように右手を椅子の座面につけて、左手を頭の後ろにつけましょう。



そのまま顎を引き、胸を張ったら**写真3**のように上半身を右にゆっくり傾けます。左脇腹の伸びる感じがあると思います。そして上半身を傾けたまま、**写真4**のように、左肘が内側と外側へと動く開閉運動を、ゆっくり5往復行います。徐々に肘を外側に広げるイメージで行いましょう。これにより、胸が広がりやすくなり良い姿勢につながります。



続いて反対側も同様に行ったら、効果判定として再度両手をバンザイしてみましょう。効果判定はいかがだったでしょうか？少しでも腕が上がりやすくなった方は、毎日この運動を継続していただければ姿勢が良くなり、例えば首や肩のこり、腰痛、腕の重さといった諸症状が軽くなる可能性があります。無理な範囲で続けましょう！

## 編 集 手 帳

＊岸田内閣支持率の極端な低下など政局は不安定さを増しています。政治の在り方を考えるとき、よく分からないことが多々ありますが、そのうちの一つは、立憲民主党と共産党との違いです。各種選挙で両党が組んだり敵対したり不思議でなりません。私は両党の根本理念、目指す国の有り様は全く別物と思っていますが、間違いでしょうか。時々、立憲共産党なる言葉を耳にしたり目にしたりしま

すが、その意味するところをメディアは深堀りしません。両党に遠慮しているのでしょうか。

＊両党は両党の責任において両党の相違を明確にすべきです。もし両党が連立して政権を担った場合、どういう国造りをし国民を幸せに導くのか全く私には想像が付きません。本当に両党は国民に安心・安全・満足の政治を展開できるのでしょうか。

＊両党に限らず、責任政党は根拠をもって国民に夢と希望を与えるべきです。

(相談役 天草 大陸)

## 当法人の公式ソーシャルメディア

患者さんへの情報発信として、当院の公式 YouTube チャンネルを開設しています。右のQRコードからアクセスできますので、是非ご視聴ください。

【紹介動画】

- ～回復期～ リハビリ治療の達人たち
- 入院当日の流れ ー回復期リハビリテーションー
- 口から食べるリハビリ最前線 摂食嚥下リハビリーVE/VF検査ー
- 脳卒中から仕事に戻るまで ー高次脳機能障害からの復活ー 他



## 当法人施設が取得する第三者評価認証

患者さんが病院を評価するには、その病院自身の「自己紹介」も参考になりますが、第三者の評価も重要です。当院では「病院機能評価機構（主たる機能と高度・専門機能）」と「ISO」の認証を取得しています。なお、併設の老人保健施設でも「ISO」の認定を受けています。



### 表紙のことば

今年も暑い夏がやってきます。

リハビリの時間や休息時間を活用し、「夏と言えば」をテーマにみんなで話し合い、『海の仲間たち』を製作致しました。それぞれが思い描く、海の生き物や海の中をイメージしながら、まるで海の中の宝石箱のようなかわいらしい魚たちが完成しました。

また、主治医の秋元医師も制作に携わり、写真撮影をして頂きました。もうすぐ退院となる私の入院生活の思い出となる充実した時間を過ごすことが出来ました。

(B病棟 A. E様より)