

そよ風荘だより

2023年12月397号

朝晩はめっきりと冷え込んで冬の訪れを感じる季節となりました。年末年始に向けて慌ただしい時期となりますが、ウイルス等の感染症に気をつけてお過ごし下さい。理学療法士による「パーキンソン病」のお話と11月のフロアのご様子をご紹介します。どうぞよろしくお願いいたします。



リハビリ通信

今回のテーマ

理学療法士の中島です。今回は、『**パーキンソン病**』についてお話しをさせていただきます。

パーキンソン病とは

原因は不明ですが、脳の中にあるドーパミン神経細胞が減少し、そこで作られるドーパミンが減るためパーキンソン病になると考えられています。基本的に遺伝はしません。ドーパミンは人間の行動の発現したり不適切な行動を抑制する働きがあります。完全に治すことはできず、症状は緩やかに悪化していきます。

【パーキンソン病の4大徴候】

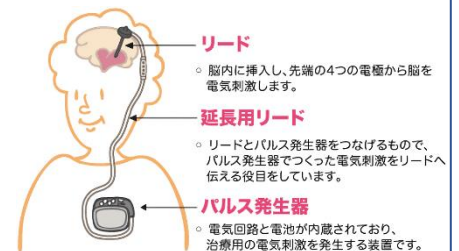
- ・無動(動作が少なく止まっているようになる)
- ・固縮(力が入ったままになり体が動きにくくなる)
- ・安静時振戦(体が自然に震える)
- ・姿勢反射障害(バランスが崩れると本来は体が自然に動きバランスを取るがそれができない)



治療法

完全に治すことはできませんが、悪化を抑えたり症状を軽くするための治療は可能です。

薬物療法が主な治療法で、内服でドーパミンを体に取り込むことで症状を抑えます。脳に電気を流す装置を埋め込む治療法もあります。



病気と付き合いながら生活していくためには

パーキンソン病の症状が出たまま放っておくと、体が固くなり生活動作が行いづらくなる、転倒し骨折する、飲み込みが悪くなり誤嚥性肺炎になってしまう、便秘がひどくなり腸閉塞になってしまう、などの二次的被害が起こってしまいます。

そうならないように、運動・睡眠・食事・薬が大切です。運動に関しては、体が固くならないようにストレッチ(柔軟体操)が必要です。激しい運動は必要ありませんが、体力や心肺機能が落ちないように適度な散歩なども必要です。

3F入所フロア

11月8日(水)6名の方のお誕生日会にてお手玉とゴミ袋を使ったふくろシュートというゲームを行いました。ふくろシュートは、飛ばす方向に段ボールを置き、ゴミ袋に空気を入れ膨らまし、その上にお手玉を置いて「バン」と袋を叩いてお手玉を飛ばすゲームです。最初は皆さんの力加減が難しくなかなかお手玉がまっすぐに飛ばなかったり、上に飛んだりしました。でも、「おぉー結構飛んだ〜」や「これは面白いなあー」と楽しんでいる姿を見ることが出来ました。おやつではミニカップどん兵衛を用意しました。「久しぶりに食べたわ〜」や「温かくて美味しいわ〜」と言った声を頂き、大変好評でした。 石井



4F入所フロア

11月22日(水)お誕生日会を行いました。レクリエーションでは、久々の「クッキングレク」を開催！季節の果物が入ったクレープで、ソースはチョコ、キャラメル、イチゴの中から好きなものを選んで頂きました。利用者様の前で、栄養士と職員がクレープ生地を焼き、生地が焼きあがるまでの間、美味しそうな香りを嗅ぎながら職員VS利用者様でじゃんけんゲーム等もしました。焼きあがった生地に、イチゴ、バナナ、リンゴ、ミカンを巻きお好みのソースを選んで頂きました。「3種類全部」「チョコとキャラメル」等と好みは色々でした。「美味しかったわ」と好評で企画した職員と栄養士には「ありがとう」の言葉と拍手も頂く事が出来ました。皆様に喜んで頂けて良かったです。 大西・森田



介護老人保健施設 そよ風荘

〒638-0001

奈良県吉野郡下市町阿知賀621-1

0747-52-2781

