＜理学療法士＞日本理学療法士協会ホームページより抜粋一部改変して掲載

理学療法士とは、理学療法とは病気、けが、高齢、障害などによって運動機能が低下した状態にある人々に対し、運動機能の維持・改善を目的に運動、温熱、電気、水、光線などの物理的手段を用いて行われる治療法です。

「理学療法士及び作業療法士法」第 2 条には「身体に障害のある者に対し、主としてその基本的動作能力の回復を図るため、治療体操その他の運動を行なわせ、及び電気刺激、マッサージ、温熱その他の物理的手段を加えることをいう」と定義されています。

＜理学療法のめざすもの＞

理学療法の直接的な目的は運動機能の回復にありますが、日常生活動作（ ADL）の改善を図り、最終的には QOL（生活の質）の向上をめざします。病気、けが、高齢など何らかの原因で寝返る、起き上がる、座る、立ち上がる、歩くなどの動作が不自由になると、ひとりでトイレに行けなくなる、着替えができなくなる、食事が摂れなくなる、外出ができなくなるなどの不便が生じます。誰しもこれらの動作をひとの手を借りず、行いたいと思うことは自然なことであり、日常生活動作の改善は QOL 向上の大切な要素になります。理学療法では病気、障害があって も住み慣れた街で、自分らしく暮らしたいというひとりひとりの思いを大切にします。

日本理学療法士協会ホームページ https://www.japanpt.or.jp/about_pt/therapy/

理学療法士ってなんだろう？動画 https://www.youtube.com/embed/6HW3zvbOajs

当院の理学療法士は下記のコンセプトに基づきリハビリテーションを実施していきます！

私たち理学療法士は、「くらし」を見据えて「身体」の回復に寄り添う職種です

分かりやすく説明すると、「わたしたち理学療法士は、過去(病前)を知って、現状(入院中)の評価をし、未来(退院後)の生活を考えながら、患者様主体の回復をサポートする職種です」となります。我々理学療法士は「身体のスペシャリスト」として入院された患者様のあらゆる情報収集（病前のご様子、入院時の身体機能、過去の研究や知見）を行い、ご要望に合わせて回復をお手伝いさせていただきます。上記を実現するために横浜鶴見リハビリテーション病院の理学療法士は下記の３つを実践していきます。

理学療法士は特にこの３つを実践していきます！

①身体機能評価

様々な機器を使用し、より詳細に評価し、分かりやすく患者様・ご利用者様・ご家族様に説明を致します。

②患者様・ご利用者様との目標共有

患者様・ご利用者様のご希望をもとに、具体的な生活目標設定を一緒に行っていきます。

③予後予測

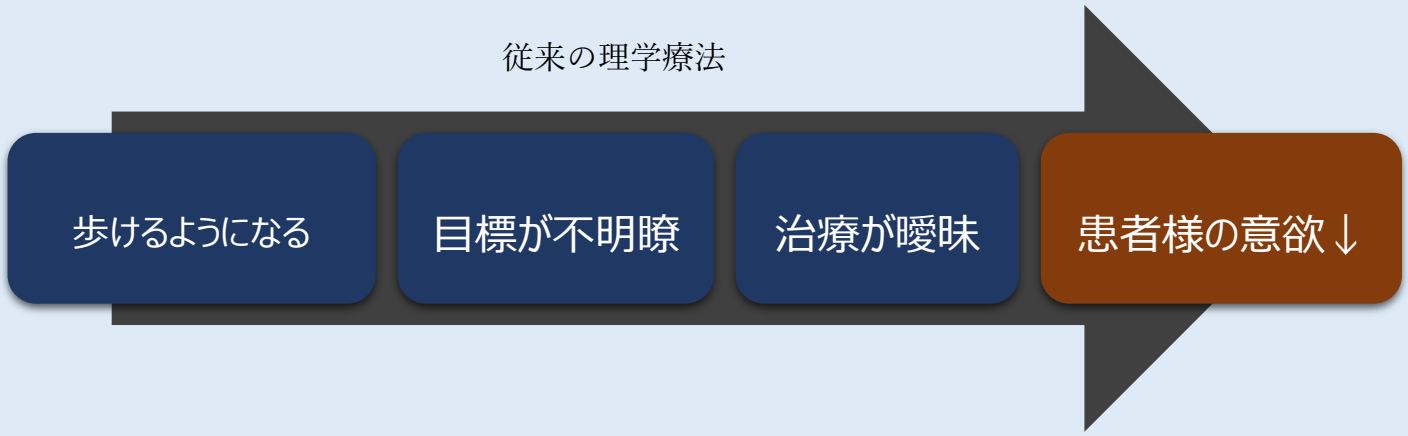
現状の身体機能と先行研究を踏まえ、正確な予後予測を行い、　退院後の生活を一緒に考えていきます。

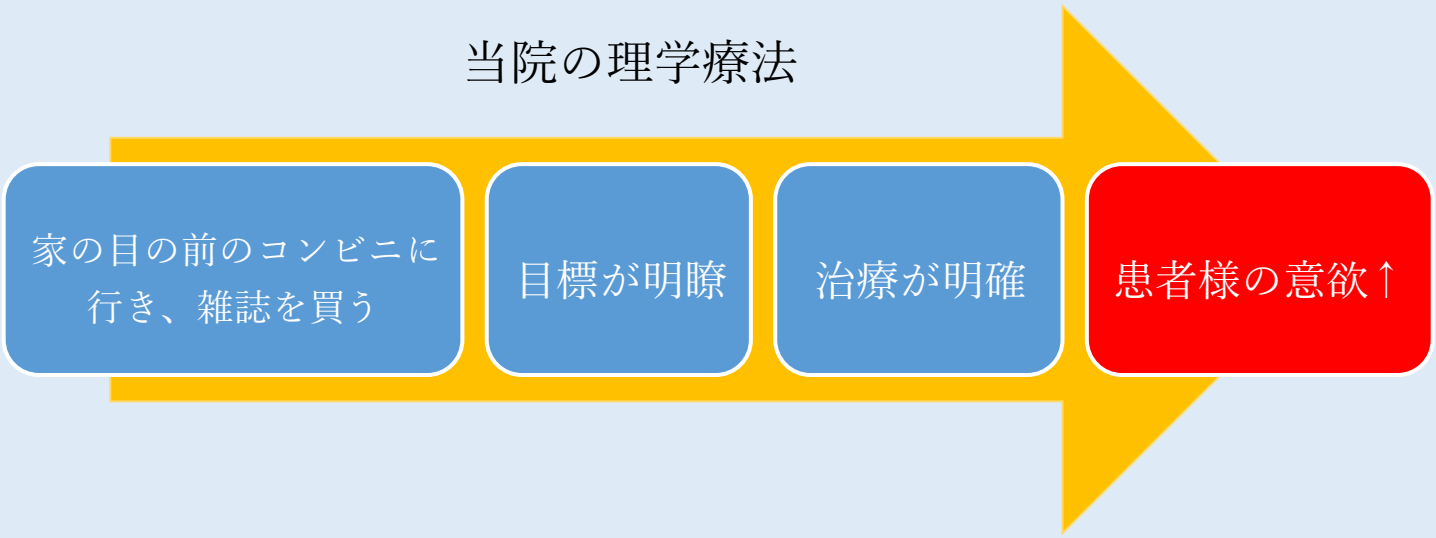
1. 身体機能評価

従来の理学療法を行う上で患者様からよく頂く声として「何をやっているのか分からない」という問題点がありました。当院では毎月最低１回、多くの機器を用いて出来る限り身体機能を数値化して患者様やご家族に分かり易く説明するようにしています。計測には多くの時間を要するのは確かですが、効果的な理学療法を展開するために必要です。またご自身の身体をよく理解することが価値だと考えています。課題を明確にすることで患者様自身もその課題に取り組もうとする意欲が湧いてきます。ご希望に答えるためには受け身のリハビリテーションではいけません。セラピストと二人三脚で課題に取り組む必要があります。そのため、もしも理学療法の内容が理解できなければ担当理学療法士にお声掛けください。患者様やご家族のわかる言葉で説明させて頂きます。

2. 患者様・ご利用者様との目標共有

「歩けるようになりたい」というご希望は多くあります。しかしながら「歩く」ことは手段であり目的ではありません。横浜鶴見リハビリテーション病院の理学療法士は「どこに何のために行けるようになりたいのか？」という具体的な目標設定を行えるようにしていきます。上記の例で言えば、歩けるようになりたいでは不十分で、例えば「家の目の前のコンビニに行き、ファッション雑誌を買いに行きたい」とします。そうすると、「靴を履く」「玄関の段差の昇り降り」「道路を渡る」「所要時間 20 分間の歩行と 30 分以上の立位保持」「金銭管理」「雑誌を持って歩く」など課題が多く挙がります。課題が明確になればリハビリテーション内容も明確になり患者様も課題に対して取組みやすくなります。





3. 予後予測

最近では様々な学会や論文発表が行われるようになりました。そこで理学療法の分野でもガイドラインが出ています。理学療法ガイドライン

http://jspt.japanpt.or.jp/guideline/

多くのセラピストがいる中で理学療法を標準化することは難しいところがありますが、出来る限り患者様に良い提案をするために日々各セラピストが学会等に参加し、先行研究から情報収集

を行い、各疾患に合わせた治療プログラムを提案するとともに予後予測を行い、回復の段階に合わせて退院後の生活を一緒に考えていきます。今後は学会発表なども積極的に行っていきます。