



「がんのリハビリテーション」の紹介

～がん治療を受けられる方へ～



当院では、がん治療(手術、抗癌剤治療、放射線治療、緩和医療)で入院されている患者さんに対し、早期からリハビリテーションを行い、早期回復・退院に努めています。

リハビリテーションってどんなことをするの？

・ 日常生活、基本動作、歩行能力の向上	車いす、杖、補装具、自助具・・・の選択・活用、動作指導(動きのコツの習得)
・ 体力低下の予防・改善	手足・体幹の筋トレ、歩行訓練や自転車のマシンを使って体力維持・向上を図ります
・ 浮腫(むくみ)の改善	圧迫・マッサージ、生活指導
・ 安全な栄養摂取手段の確立	摂食・嚥下へのアプローチ、食事形態の提案
・ 在宅準備	自宅環境の評価やアドバイス、自主訓練の指導
・ 痛みの軽減	物理療法の活用、ポジショニング・リラクゼーション
・ 呼吸苦(息苦しさ)の緩和	呼吸法の指導、呼吸介助・リラクゼーション
・ 心理的な支え	アクティビティ、日常会話や関わりそのもの

病期別の目的

がんのリハビリテーションの病期別分類(Diez 分類)です

<p>予防的</p>	<p>がんと診断されてから早期(手術・抗癌剤治療・放射線治療などの前)に開始する「予防的」段階です。体力が落ちないように、事前に体調に合わせて軽い運動などを行います。</p>
<p>回復的</p>	<p>治療が開始されてがんと闘っているとき、あるいはがんの治療自体は終了し完治したが、筋力や体力の低下、生活の制限がある患者様に対して、最大限の機能回復を図ります。</p>
<p>維持的</p>	<p>再発や転移などで、がんが増大し、機能障害が進行しつつある患者様に対して、運動能力の維持・改善を試みます。自助具や福祉用具の使用、動作のコツなどをお伝えするなど、代償的手段を用いたアプローチも行います。</p>
<p>緩和的</p>	<p>患者様の要望を尊重しながら、身体的・精神的・社会的にも QOL の高い生活が送れるように援助します。また、ご家族に対して行う家族ケアの概念も含まれます。</p>

- **がんリハビリテーションは、入院時のみの実施となります。**
- **リハビリテーションの開始には主治医の指示が必要です。**
- **ご興味がある方は主治医、病棟看護師、リハビリスタッフへご相談ください。**