



訪問リハビリを開始致しました。お気軽にご相談ください。

リハビリケアかつしかの ★繰り返し利用システム★

「ご自宅」と「リハビリケアかつしか」を
3ヶ月程のサイクルで繰り返し利用するシステムです。

- ★**メリット1** 入所中は毎日リハビリをすることができます。退所しても併設のショートステイ・通所リハビリ・訪問リハビリを利用することで、切れ目なくリハビリを続けることができます。
- ★**メリット2** 無理なく介護を続けることが可能です。3ヶ月ごとに施設に入所されるのでご家族負担が軽くなります。
- ★**メリット3** リハビリの専門職が必ずお宅訪問をします。入所前や退所後にご自宅に伺い、ご家庭内のお困り事等相談に乗ります。適切な介助方法もご指導致します。



広い
リハビリ室



まずはご相談ください！
私たちに任せください！！



介護老人保健施設

リハビリケアかつしか

※入所・短期入所・通所リハ（予防）
訪問リハ・居宅介護支援事業所
TEL：03-5672-1178



今月のテーマ タバコの生活習慣病

みなさんはCOPDという病気をご存じでしょうか？

COPDは、慢性閉塞性肺疾患と呼ばれ、日本には500万人以上の患者さんがいると推定されています。空気の通り道である気道や肺の広い範囲にわたって炎症が起こる病気です。空気の出入れがうまくいかなくなるので、息切れが起こります。重症化すると、辛い呼吸困難感のため歩くことも大変になります。長年の喫煙が主原因であることから、「タバコの生活習慣病」といわれています。

COPDは見逃されやすい

初期症状は「たんがからむ」「せきがでる」「階段の上り下りで息切れする」といった、ごくありふれた症状です。たぶんこの病気を知らない人なら「風邪を引いたのかな？」と見逃してしまうかもしれません。しかし、以下のものにあてはまればCOPDの方もいません。そんな場合は、呼吸器専門の病院に相談してみましょ。

- ☑ 20年近くタバコを吸っている
- ☑ 同居者がヘビースモーカーだった
- ☑ 仕事場が粉塵や有害なガスを吸う環境にあった
- ☑ 年齢が40歳以上



安全な運動療法

運動療法は一人ひとりの体力・症状にあった運動をつづけることで効果が出ます。以下の運動が適していますが、まずは主治医に相談を...

- 準備運動 ウォーミングアップ等
- 有酸素運動 ウォーキング・水泳・エアロバイク等
- 整理体操 クールダウン等



呼吸リハビリテーション
〔理学療法〕：息苦しさをやわらげます。
〔運動療法〕：呼吸に関係する筋肉を鍛えます。
〔栄養管理〕：体重減少を防ぎます。
〔在宅酸素療法〕：COPDが進行し、低酸素血症になったときに導入します。

治療方法
〔禁煙〕：治療の基本です
〔ワクチン接種〕：急性増悪を防ぎます。
〔薬物療法〕：息切れをやわらげ、運動能力を高めます。

COPDは治療可能な病気です。早期に治療をすることにより、病気の進行を遅らせ、同年代の健康な人と同じような生活を送ることがができます。

COPDの治療法

入所・通所・訪問リハビリのご相談は 03-5672-1178 まで