

要介護 3・4・5 の人のための

在宅リハビリ

第2版

やる気がでる簡単リハビリのすすめ



飯島 治 著

A5判 226頁 定価 3,410円 (本体 3,100円+税 10%)
ISBN978-4-263-24112-7

患者の「やる気をひきだすコツ」と「簡単で長続きする」在宅リハビリをわかりやすいイラスト入りで解説！

- 誰でもできる在宅リハビリの豊富な実践例が一目でわかる好評書の改訂版。
- 時代に即した内容に全面アップデート。最新の傾向を踏まえ、転倒対策や在宅で多い骨折のリハビリなどの記述がさらに充実。
- 在宅の現場ですぐに使えるアイデアが盛りだくさん。訪問看護師、理学療法士、作業療法士、あん摩マッサージ師、訪問ヘルパーなど、訪問リハビリテーションスタッフにぜひご一読いただきたい好適書。



プロローグ

例えばこんなことに困っていませんか？

まずベッドに戻そう

パターン I

要介護5（協働動作なし）バックドロップ法 A（座イス等使用）

低床座イスにさせる（踏み台など良い）家にあるものを使う
床から直接は持ち上げられないので2段階に分ける

後ろから体をかかえてベッドサイドに横押
ベッドと座イスと2人の人間の一体化
術者はベッドに座る
準備完了

ベッドに戻れない
足が戻らない

私の別居を待っていた本人と家族

要介護3, 4, 5の人にすすめのリハビリ

1. だらけ体操 ①紹介

Point

- 要介護3, 4, 5の方に最適
- ベッド上で、あるいは廊下で歩く必要はない
- 以前倒れていた人なら、だれでもできる
- 一服の説明ですぐ理解してもらえらる
- 無理に安全
- 足まされたら勝手にやめてください

みなさんはどんなリハビリを行っていますか？ 楽しくやれていますか？ 長続きしていますか？ 自発的に患者さんがやってくれますか？ 何回、何セットやればいいのかかわりませんか？ 正しい、自分のリハビリの指針に満足していますか？ 私は自分の自分のまでのリハビリ指導に、自信を持ってやってきました。満足できなかったので、新しい体操を発明しました。それが「だらけ体操」です。ぜひ自分で寝ころぶところから、やってみてください。「アー」寝た、寝た」と言おう。なんとなく笑って、どこか爽快感がたふよます。

「アー」寝た、寝た

「アー」寝た、寝た

①のついで、床、壁を動かす、床を動かす、床を動かす
②ほどよやたら、「アー」寝た、寝た」と言って「所定した
なくてもいいので寝ればよい」といって（1日何回やってもよい）
③寝るや安全ではない、注意が必要でない

寝た後がたいへん
④寝てやってもよい
⑤のついでに寝る
⑥寝る、足踏みするだけ

◎ 寝物の転倒に気をつける

Q1 転ばないための環境整備は？

A 家の中をジャングル化する

転ばないための環境整備は、床の中をつまるところだけにとどまらず、介護用品の手すりもたる所を設置します。具体的には、まずベッドサイドに、置き型手すり（商品名 たちあがり）やたて型つっぱり棒（商品名 ベストポジションバー）を配備しベッド周辺の転倒を予防します。

さらにトイレ、お風呂場、玄関、廊下などに連続するように、それらを配備し、ジャングル化するのです。もし、使ってみて全く居ないものは、不要手すりなのでレンタル業者に回収してもらいます。このように転倒対策をくりかえしていけば、その人に合った安全な家ができあがるでしょう。

転倒による下半身の転倒は必ず起こる

ジャングル化で安心 安全生活!



ご注文方法のご案内

● 書店でのご購入・ご注文

小社発行の図書については、小社特約店(書店)、または全国の医学書取扱い書店、最寄りの書店からご購入・ご注文いただけます。ご利用ください。

● オンラインショッピングシステムのご利用

小社ホームページに掲載されているすべての商品は、オンラインショッピングでご購入いただけます。

ホームページ ; <https://www.ishiyaku.co.jp/>

[お支払いについて]

- 1 クレジットカード：商品代金+税+送料200円
 - 2 代金引換：商品代金+税+送料200円+代引手数料250円
- なお、商品お届けまでは地域によって2～4日程度かかります。ご了承ください

● 電話、FAXによるご注文（直送希望はこちらまで）

医歯薬出版・受注センター

TEL : 048-450-2227 FAX : 048-450-7177

[お支払いについて]

請求書は「(株)ネットプロテクションズ」から後日お届けします。

- 1 後払い：商品代金+税+送料200円+後払い手数料200円
- 2 代金引換：商品代金+税+送料200円+代引手数料250円

図書購入申込書 (月 日)

● ご注文図書 「要介護3・4・5の人のための 在宅リハビリ 第2版」
定価 3,410円 (本体 3,100円+税10%) 注文コード：241120 () 冊

● お名前

● ご住所 (〒 -)

電話 ()

FAX ()

◎ ご指定書店 (直送希望の場合は不要です)

(ご指定書店名)

(書店所在地)

書店

市区
町村