

公益社団法人愛知県理学療法士会理事・事務局長の星野茂様よりご寄稿いただきました。

# 難病患者さんのリハビリテーション

公益社団法人愛知県理学療法士会  
理事・事務局長 星野 茂

## 「笑顔をあきらめない」「笑顔のために」

「リハビリテーションとは能力低下の場合に機能的能力が可能な限り最高の水準に達するように個人を訓練あるいは再訓練するため、医学的・社会的・職業的手段を併せ、かつ調整して用いること」と WHO(世界保健機構)は定義しています。理学療法は身体の基本的動作能力の改善を目的に、治療体操や筋力強化訓練・歩行訓練等の運動療法、温熱・電気・光線治療等の物理療法を中心に指導を行います。愛知県理学療法士会は「笑顔をあきらめない」「笑顔のために」をスローガンに身体づくりの専門家として、医療機関・介護施設・障害者施設・行政機関・民間企業・教育機関等で日々活動し、愛知県内約 6,000 名の会員が所属している団体です。(詳細は愛知県理学療法士会ホームページ <https://aichi-pt.jp/>に公開しております愛知県理学療法白書をご参照ください)今回は先日訪問して頂きました貴会役員の方々からのお話を基に愛知県理学療法士会の活動を紹介するとともに総論的になってしまいますが、難病患者さんのリハビリテーション(特に制度的)についてお話しをさせていただきます。

## 「何ができるようにしたいのか等の目標や目的」をかかりつけ医の先生とご相談してから受診されることをお勧めします

皆様もご承知の通り理学療法(リハビリ)を医療機関・介護施設等公的保険下(医療保険・介護保険)で個別に受けられる場合は医師の指示の基に提供をされます。よくあるご質問に「リハビリテーションに強い施設や腕のいい理学療法士のかたをご紹介ください」という内容があるようですが、その施設を利用する場合はまず医療機関であればその施設の医師の診断をお受け頂く必要があります。介護保険であれば主治医(かかりつけ医)の指示書が必要となります。医療機関を受診される場合はいわゆる飛び込み受診も可能ですが、かかりつけ医の紹介状があればスムーズに受診する事ができます。特に難病患者さんは経過が長期にわたることや、症状が進行性の場合もありますので、漠然と「リハビリをお願いしたい」ということよりもどんな小さな事でもよいので、「何ができるようにしたいのか等の目標や目的」をかかりつけ医の先生とご相談してから受診されることをお勧めします。愛知県理学療法士会では愛知県リハビリテーション情報センターというホームページ <https://www.aichi-reha-info.jp/>を地域医療介護総合確保基金の助成を受け愛知県作業療法士会・愛知県言語聴覚士会のご協力を得て開設し、リハビリを受けられる施設やその内容について地域別でも検索できるよう情報発信をしておりますのでご利用ください。

## 疾患(特に神経難病等)によっては標準的日数を超えても適応される場合があります

「リハビリテーションを受けられる制度がわかりにくい・リハビリテーションを受けにくい」という

ご相談内容もあるとお聞きしました。医療機関でリハビリテーションを受けられる場合は標準的算定日数というのが医療保険で定められております影響で、「リハビリは半年までですよ」などということも伺う事があります。しかし、対象の疾患(特に神経難病等)によっては標準的日数を超えても適応される場合がありますので主治医の先生にご相談されることをお勧めします。情報としてお知りになりたい場合は検索サイトなどでリハビリ・標準的算定日数除外疾患などのキーワードで検索されますとご紹介されていると思います。前にも述べましたが、「何ができるようになりたいか」などの具体的な目標や目的を定めることが重要になりますので、まずはここをお決めになることをお勧めいたします。専門家に相談することも重要ですが、ご家族・ご友人・ケアマネジャー等の方ともよくご相談する事が大切です。

### **症状の改善を主な目的にする場合は医療保険、生活の質の改善を主な目的とする場合は介護保険を利用したりハビリとなるのではないのでしょうか？**

「医療保険・介護保険どちらでリハビリを受けることがよいのか」とのご質問もあると伺いましたが、はっきり区別できる事は正直言ってありません。よいたとえではないかもしれませんが症状の改善を主な目的にする場合は医療保険、生活の質の改善を主な目的とする場合は介護保険を利用したりハビリとなるのではないのでしょうか？例えば、原疾患が進行して機能低下を起こした場合は医療機関、日々の生活の中で新しいことにチャレンジしたいなどの新しい目標ができた時や症状の進行を予防するためにリハビリを継続したい等の場合は介護保険を利用するという考え方もよいのではないのでしょうか。

### **予防的なりハビリについてはヘルパー等介護者の方に実施して頂く事や、ご本人が予防のためのトレーニング等を実施していただくことはとても重要な事です**

「ヘルパーでもできるリハビリは？」のご質問もあると伺いました。予防的なりハビリについてはヘルパー等介護者の方に実施して頂く事やご本人が予防のためのトレーニング等を実施していただくことはとても重要な事です。何をしたらよいかについては対象者の方の目的によって変わりますので、ここでは詳細をお話することは控えておきます。もし、理学療法士などのケアを受けて頂いている場合は自宅でのトレーニング方法の指導を受けて頂くことが大切です。特に筋神経疾患等の進行性の疾患をお持ちの方でしたらオーバーワーク(やり過ぎ)になる場合もありますので注意をしてください。日常的な活動維持でしたら地域包括ケアセンターや居宅介護事業所のケアマネジャーにご相談し、地域の活動への参加も大変いいことですので参加をしてみてください。また、愛知県理学療法士会ではホームページに公式 YOU TUBE チャンネルへのリンクもありますので、動画で自主トレーニングの方法なども公開していますので参考になればご活用ください。今後も様々な動画を更新していきますのでこんな内容の動画があったらというご希望があれば本会へご要望ください。また、介護者(特にヘルパーの方等他の専門職)の方々との勉強会などもご相談頂ければ、本会として支援を検討する事や各自治体の地域リハビリテーション活動支援事業などの紹介もさせていただきます。

### **お気軽にお声がけください**

理学療法士は対象者の方やその周囲の方々に寄り添った活動をしてまいりますので近くの理学療法士へお気軽にお声がけください。本会でも不定期になりますが、土曜日の午後電話相談等も行っておりますのでご利用してみてください。