

発行：はつらつ編集局
発行日：平成 23 年 8 月 1 日
発行人：吉田 秀明
編集人：はつらつ編集委員
お問い合わせ：0135-23-3126



救急件数 (7月)
外来受診282件 うち入院30件
救急車来院92件 うち入院32件

研修医リレーコラム40

Q. 「あなたの家族が突然倒れました。息をしていません。さあどうしますか？」

Q.『あなたの家族が突然倒れました。息をしていません。さあどうしますか？』

A.119番に電話 → 胸骨圧迫(心臓マッサージ)

今回のテーマは皆さん、自動車学校などで必ず一度はやらされた！？あれです。「●●さん、大丈夫ですかー！？…はっ、意識がない。そのあなた、救急車を呼んでください。AEDを持ってきてください。そのあとに、気道確保して呼吸の確認…」という一連の流れです。

実はこの一時救命処置の方法は 2010 年に少し内容が変更されて、より簡単になっています。

●重要なポイントは

① 息をしていない人には、とにかく胸骨圧迫(心臓マッサージ)を優先するという。人工呼吸は、「できない」あるいは、「やりたくない」場合には行わなくてもいいです。

②胸骨圧迫の適切な方法は「胸の真ん中を」、「1分間に100回のペースで」、「胸が5cm以上沈み込む深さで」押すことです。ちなみに、1分間に100回のペースは「アンパンマンのマーチ」とか、中島みゆきの「地上の星」のテンポ、らしいです。

失敗したらどうしよう。下手なことをしてよけい悪くならどうしよう。と心配される方も多いと思いますが大丈夫です。救命処置をやって、訴えられたりすることはないし、よけい悪くなることもありません。

救急隊が到着するまでのほんの数分間、心臓マッサージを行うか、何もしないであたふたしているか、によって、倒れた方のその後の運命は大きく変わってきます。もしものときに備えて、最低限以下のことを覚えておきましょう。

意識がない・呼吸をしていない人を見るときは

① すぐに救急車を呼ぶ。119番です。②(近くにあれば)AEDを持ってきてもらう。③そして、心臓マッサージ。

斗南病院研修医 在原 洋平



リハビリテーション特集 ～第2回～

「理学療法とは」

前回に引き続きリハビリテーションの内容についてです。今回は理学療法、作業療法、言語療法という分野の中で**理学療法**や**理学療法士**についてお話を進めていきます。

理学療法とは英語で(Physical Therapy)と書きます。(Physical)とは物理的と身体(肉体的)という意味で、(Therapy)は治療や療法という意味があり両方合わせて理学療法を表します。

理学療法とはそもそも身体に障害を抱えている方、またその恐れのある人などに対して行われる療法の事で、障害などによって基本的動作などが損なわれているものに対して、回復を図っていくのが目的とされています。

その目的に対して理学療法には主として大きな2つの分野があり、**運動療法**と**物理療法**に分けられます。当院にも運動療法をする機能訓練室と物理療法をする物理療法室があり、それぞれ必要な治療を行っています。

運動療法とは治療体操やその他の運動、退院に向けて自分の身体を動かして治療していけるようにします。運動というよりは立ち上がったたり、歩いたりという基本的な動作能力を向上する目的で行います。

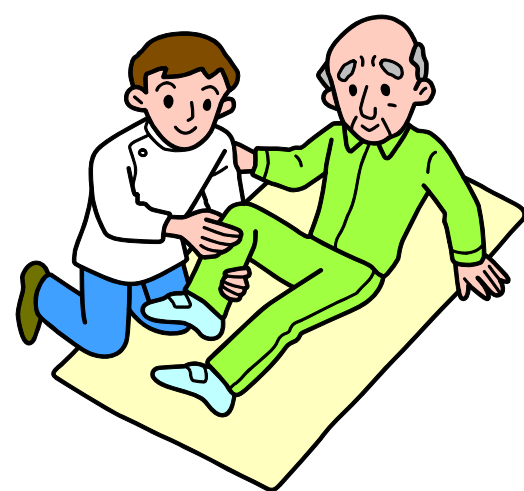
物理療法は主に痛みなどに対して電気の刺激や機械器具などを使ったマッサージ、患部や治療の必要がある部分を温めたり冷やしたりするなどといった手段がとられます。

このようなことを行っている専門職を**理学療法士(Physical Therapist)**と呼びます。理学療法士はいろいろな場所で働いています。医療分野では総合病院や大学病院、リハビリを専門に行う病院、整形などの小さなクリニックなどです。福祉、介護分野では老人福祉施設、身体障害者養護施設、デイケアセンター、訪問事業施設、地方自治体など、スポーツ分野ではトレーニングセンター、スポーツ関連施設、プロ野球やサッカーの球団などにも勤めています。教育や研究の分野で理学療法の養成校、大学、スポーツ医学研究所などで研究や後進育成の仕事などを行っている人たちもいます。

話は変わりますが当院にも今年2月から作業療法士が着任し作業療法が始まりました。よく理学療法と作業療法は何が違うの？という質問を受けることがあります。

一般的には理学療法が下肢、作業療法が上肢。理学療法が基本的動作、作業療法が応用的動作、社会的適応能力などを行なうと言われます。しかし実際には基本的な考え方は同じで下肢は作業療法ではできないとか応用動作は理学療法ではできないということはありません。医師が疾患の状態から判断し適切な訓練を提供できるように理学療法士や作業療法士にリハビリを依頼します。そして看護師やソーシャルワーカーなどとチームを組んでリハビリは行われていますのでどちらで治療を受けても安心してできるシステムになっています。

次回は今回の最後の内容にもでてきた作業療法についてお話する予定です。(文責 PT 西中)



8月19日18:00より1階ロビーにて余市協会病院夏祭りを行います！(1時間半程度を予定)