P10-1

ピアノ伴奏を取り入れた集団体操の試み

伊豆赤十字病院　リハビリテーション課[1)]、
伊豆赤十字介護老人保健施設グリーンズ修善寺[2)]
○井上（いのうえ）　義文（よしふみ）[1,2)]、居倉　裕子[1,2)]、杉山　岳史[1,2)]、
谷　由紀[2)]、酒井　美智子[2)]、杉山　由美子[2)]

【はじめに】当介護老人保健施設では、理学療法士数の問題で「集団体操」を活用し、多くの利用者にリハビリテーション（以下、リハビリ）を提供する工夫をしている。一方で、画一的でマンネリ化しやすいという側面があった。そこで、集団体操の活性化を図るために、平成21年8月よりピアノ伴奏を取り入れた集団体操を試みた。集団体操に音楽を介入させることで、利用者の反応に変化が見られたので報告する。
【方法】集団体操は、通所リハビリは毎回、入所は2回／週、実施時間は20～30分／回程度とした。理学療法士２名～３名で対応し、理学療法士Ａはインストラクターの役目とし、運動量の調節を計り体操の進行役を務める。理学療法士Ｂは運動の動きやテンポに合わせ、利用者の反応に応じたピアノ伴奏を行う。理学療法士３名で対応の場合は、もう１名は介助に付く。使用器具は電子ピアノ（カシオ社製Privia PX-120）を使用した。効果の検証は、集団体操への参加状況の観察と職員アンケートにより、音楽を取り入れる前後の利用者の変化を、通所リハビリ、入所毎に評価した。
【結果】通所リハビリ利用者、入所者共に参加状況はやや改善した。職員アンケートの結果は、概ね、利用者の反応が良い方向へ変化したことが確認できた。
【考察】ピアノ伴奏の意味合いは、ＢＧＭ的なことではなく、利用者の反応に合わせて伴奏することが、利用者の興味をひき、良好な結果につながったと思われる。当施設の「集団体操」の主目的は「より多くの利用者を対象に、身体機能維持・向上のために、効率よく効果的に運動させること」であるが、音楽を介入させたことにより、様々なプラス効果が得られ、体操の内容だけではなく、導入や進行方法も再考するいい機会となった。

P10-2

ライフコーダを用いた運動指導の試み～自己効力感に着目して～

神戸赤十字病院　リハビリテーション科[1)]、看護部[2)]、
内科[3)]
○井上（いのうえ）　嘉要子（かよこ）[1)]、迫原　彩[2)]、藤原　園子[2)]、
松本　明子[2)]、川島　邦博[3)]

【目的】運動療法のアドヒアランス向上のためには、患者の自己効力感を高め、運動に対する恩恵と負担のバランスを変えることが望ましいとされている。今回糖尿病教育入院患者に対し、加速度計測装置付歩数計ライフコーダ(スズケン社製)を用いた療養指導が運動療法のアドヒアランス向上に有効かどうか、自己効力感に着目して検討した。
【対象・方法】2009年1月～4月に当院糖尿病代謝内科に教育入院をした2型糖尿病患者16名(男性9名・女性7名)を対象とした。患者は入院中にライフコーダを装着し、専用ソフトで解析した身体活動記録を用いて理学療法士が個別療養指導を行った。また入院時と退院時に質問紙調査を行い、患者の自己効力感・恩恵・負担等を5段階評価で点数化し、その変化を検討した。
【結果】教育入院により、患者の自己効力感・恩恵に関する項目で点数が上昇し、負担に関する項目で点数は低下した。特に熟考期から準備期の患者でその変化は明確であった。一方ライフコーダ使用に対する感想として、「目標を立て易くなった」、「運動の効果を実感できた」、「装着が面倒」、「結果レポートが分りにくい」等が挙がった。
【考察】ライフコーダを用いることにより、患者は視覚的に運動量を把握し、具体的目標の立案や、血糖値と照らし合わせた運動の効果を実感し易くなった。装着が面倒という欠点はあるが、結果として患者の自己効力感、恩恵・負担のバランスは有意に改善した。従ってライフコーダを用いた療養指導は、運動療法のアドヒアランス向上に有効であると考えられた。

P10-3

心臓リハビリテーションの新たな取り組み～Phase2.3導入に向けて～

熊本赤十字病院　リハビリテーション科
○立野（たての）　伸一（しんいち）、奥村　亜沙美、新堀　裕、外牧　潤

【背景】当院では、1995年より心臓リハビリテーションを導入、対象患者数も3600例を上回り、急性期Phase1の施行実績は順調に伸びている。その一方で当初の目標でもあったPhase2.3に相当する後方支援病院やNPO法人施設における心リハ継続は難しく、その環境整備も立ち遅れているのが現状である。今回、心リハの実績評価を行い、現状や傾向を把握し新たな方向性について検討してみた。
【実績評価】評価項目は、対象患者数、対象疾患、施行件数の年次推移と転帰、適応疾患の拡大に伴うシステム改革と心リハの有効性を評価した。
【結 果】1. 心リハの実績：対象患者数3657名、対象疾患内訳：急性心筋梗塞1621名、狭心症41名、心不全597名、開心術後1064名、大動脈解離109名、大動脈瘤169名、PAD35名、施行件数は30265件であった。中でも心不全においては平成18年度から増加が著しく、再入院率・1回入院日数も他の循環器疾患に比べて多い傾向にあり、転帰についても大血管術後と共に転院傾向であった。2. システム改革：PADにおいてはTASC2に基づく独自のPADリハプロトコルを作成、大動脈解離・大動脈瘤においてはクリニカルパスを導入。心不全においては入院中の教育及び、退院後の心リハ教室参加など患者教育を中心に行い、受講率は30％であった。3.心リハの有効性：PAD（IVR後）についてはABI・歩行能力改善を、開心術後に関しては退院後非監視型心リハ継続77症例の約3ヶ月の運動耐容能向上を確認した。
【総 括】Phase1の実績はほぼ達成出来ており、今後は心リハの究極的な目的である生命予後改善、健康寿命延長に向けた抜本的な対策として、Phase1.2.3.の施行を視野に入れた大規模な事業展開が必要と思われた。

P10-4

当院の通所リハビリテーションにおける効果

飯山赤十字病院　リハビリテーション
○高橋（たかはし）　秀幸（ひでゆき）、大月　肇

【はじめに】当院は地域の基幹病院として自己完結型病院である。その役割としてリハビリテーション科では介護保険下にて通所リハビリテーション（以下、通所リハ）、訪問リハビリテーション（以下、訪問リハ）を行っている。通所リハの利用者は要介護１・２の方が多いのが現状である。しかし、当院の通所リハが要介護１・２の方に対してどのような効果があるのか把握できていない。そこで今回、利用者様のカルテを中心に情報収集を行い介護度１・２の方の介護度の変化に着目しまとめたので報告する。
【対象・方法】2010年５月１日時点で当通所リハを利用している96名のカルテを用いて、年齢・介護度・介護度の変化の項目を中心に情報収集を行った。
【結果】年齢では利用者全体の平均年齢は80.0歳であり、要介護１の平均年齢80.8歳、要介護２は80.0歳であった。介護度では要介護１が全体の32%、要介護２が27%であり要介護１・２の利用者は全体の約６割であった。通所リハ利用期間中に介護度が変更になった方は96名中42名であった。このうち介護度が下がられたのは19名、介護度が上がられたのが23名であった。下がられた群で介護度３から２に変更された方が７名、介護度２から１に変更された方が６名であった。介護度が下がられた群の68%が介護度１・２の方であった。
【考察】通所リハは目標とする「する活動」に対して看護・介護職員による「している活動」の働きかけとリハビリ職員による「できる活動」への働きかけの連携が行え、「活動」向上を中心としたリハビリの提供が行いやすい。活動レベルでのリハビリを提供できる通所リハは要介護１・２の方に対して有効であり機能・活動の改善が行いやすく介護度の改善につながりやすいと考える。