

生活リハビリテーション

～ 生 活 計 画 ～

リハビリテーションの醍醐味は社会に再び適合すること、要するに社会復帰です。社会の最小単位は家族と言われており、真っ先に思い当たるのは自宅への復帰である。ただ、いろいろな要因から自宅に復帰できる方は限られています。

では、リハビリテーションは自宅に復帰する方だけ提供するものなのか？

答えは No (ノー) です。病院に入院されている間も社会との繋がりはあります。その社会において患者様は『生活』をしていかなければいけません。この『生活』の要素が一つでも欠けていたら QOL (生活の質) を満たすことができません。要するに生き活きとした生活を送ることができなくなります。

寝たきりで動けない方もおられますが、生き活き (生きている証) を提供することは可能だと思っています。

生活とは？

皆さんが普段過ごされている生活を思い返してください。朝起きてから夜寝るまで、または寝ている間においても全く同じ方はいませんよね？

生活を構成する要素としては、**役割** (存在的役割、生産的役割など)、**繋がり** (人間関係、コミュニケーションなど)、**活動** (ADL など)、**遊び** (趣味、遊び心など)、**癒し** (身体的休息、精神的休息など) の5つの要素で構成されています。またその生活要素を修飾するものとして**習慣性**、**実用性**、**選択性**があります。

生活リハビリテーションとはセラピストによる治療や訓練を行うこと

により、獲得した機能や動作能力などを看護師や介護士、あるいは家族とともに生活の中で使っていくことで実用性や選択性、習慣性に富んだ生活能力を獲得することができます。

これらの要素を一つずつ改善していくことにより、生き活きとした生活を取り戻すことができます。

