

## リウマチ通信

Vol. 3

平成 25 年 5 月号

今回はリハビリテーションについて紹介します。

リハビリテーションとは患者様を中心に医師・看護師・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・ソーシャルワーカー等が協力したチーム医療であり、一人ひとりの患者様に合ったリハビリプログラムを作成して実施しています。

### 理学療法について

起き上がり、立ち上がり、歩行などの基本的な動作の獲得、向上を目指して関節可動域拡大、筋力増強、バランス向上などの練習を行います。必要に応じて杖・手すり・歩行器・車椅子・装具なども検討し、基本動作から生活に関連した動作の獲得へとつなげていきます。

### 作業療法について

食事・着替え・身だしなみ・トイレ・入浴など生活に関連した動作の練習をします。また、必要に応じて調理や掃除・洗濯などの家事動作練習や、自助具（障害に応じて工夫された道具）の紹介・使用方法の練習も行っています。

### 言語聴覚訓練について

失語症に対しては、話す、聞く、読む、書くといった言葉の理解・表出を促し、コミュニケーションの拡大を目指します。口唇や舌の麻痺などによる構音障害に対する発声・発音の練習も行っています。注意障害をはじめとする高次脳機能障害に対してもアプローチを行っており、また安全に口から食べることを目指します。

リウマチのリハビリテーションにおいては、病勢や関節の状態だけではなく、薬剤、生活状況、住宅環境も含めた全体像を把握し、その状況に応じた訓練や指導を行います。基本的には、過度な負担を避けた状態で関節可動域訓練や筋力増強訓練を行い、日常生活動作の維持、向上が目標になります。指導内容については、膝の負担を軽減するために座面の高い椅子を利用したり、料理や食事を容易にするために包丁やスプーンの柄を太くしたり（図 1）、手の届かない箇所に対してリーチャー（図 2）を利用したり、衣服のボタンが留められない時はボタンエイド（図 3）を利用するなど日常生活動作の工夫を行います。



図 1. 握る部分を太くする

図 2. リーチャー

図 3. ボタンエイド

(文責 理学療法士 島 浩人)

## 総合的疾患活動性指標

(そうごうてき しっかん かつどうせい しひょう)とは・・・

❖患者さまに ぜひ知っていただきたいことです❖

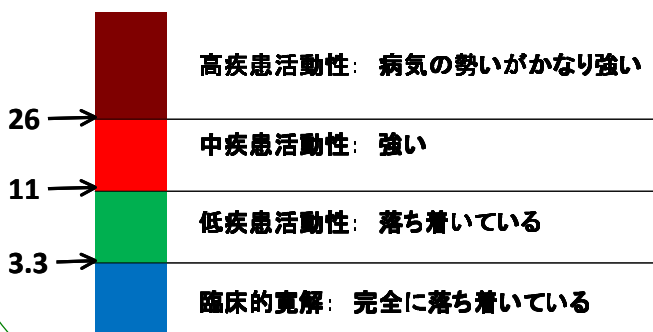
### ★病気の勢いを測る「物差し」

診療では、総合的疾患活動性指標という「物差し」を使っています。治療方針をたて、治療が順調に進んでいるのか判断する上で、とても重要な「物差し」です。

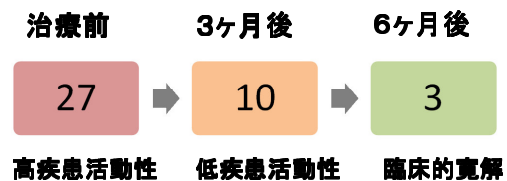
### ★受診時には 総合的疾患活動性指標の測定に ご協力ください。

- ① 医師による関節の診察：押さえた時に痛みのある関節の数、腫れている関節の数を確認します。
  - ② 患者さま自身による全般評価：目盛りのついたスケールを使って、答えていただきます。最初は、少し迷うかもしれませんが、慣れると簡単ですよ。
  - ③ 医師による全般評価
  - ④ 血液検査：CRP（シーアールピー）、血沈を測定します。CRP は短時間で結果が出るので、診察時にはお伝えできます。
- ①～④の結果を 特定の計算式に入れることで、ダス 28 (DAS28)、エスダイ(SDAI)等の、指標を算出します。

### エスダイ(SDAI)の数値と疾患活動性



### エスダイ (SDAI)の 経過例



★ 症状が落ち着いてくると 数値は小さくなります

(文責 医師 駒野 有希子)

### 当院では関節超音波検査を行っています！！

イルカやコウモリが出す人間には聞こえない高い音（超音波）を使って、体の中を画像で見ることの出来る検査です。プローブと言われる装置より超音波を発生させ、体の中で反射して戻ってきた超音波を分析することで白黒の画像として表します。また、動くものに対して超音波を当てると音の高さが変わる特性（ドップラー効果）を利用し血液の流れをカラーで表すことが出来ます。

リウマチによる関節の腫れ（滑膜の肥厚や関節液の貯留：図1）および炎症の程度（滑膜の血流増加：図2）、骨破壊の程度や周辺の腱の状態などをリアルタイムに見ることができます。関節炎をしっかりコントロールすることで、将来の関節変形を予防することができ、日常生活動作を改善することが示されており、関節炎の診断・評価手段の一つとして関節超音波検査も普及してきています。超音波検査は被爆もなく、患者さまも一緒に画像を見ることができます。

(文責 臨床検査技師 山本 裕子)

図 1

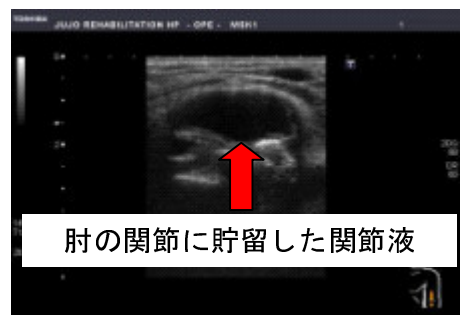


図 2

