



患者さんの一日のスケジュール(例)をのぞいてみましょう

6:30

起床

トレーニング着に着替え

8:00

デイルームで朝食

内服・排泄・洗面・歯磨き

9:05

午前のリハビリ開始

1時間の訓練(理学療法)

1時間の訓練(言語療法)

11:40

食前体操

12:00

デイルームで昼食

内服・排泄・歯磨き

13:30

午後のリハビリ開始

18:00

1時間の訓練(作業療法)

19:30

デイルームで夕食

内服・排泄・歯磨き

21:00

パジャマに着替え

22:00

眠前薬

消灯

POINT 1

朝は必ず普段着に着替えます。今日も一日リハビリ頑張るぞ！



POINT 2

毎週、日々のリハビリスケジュールを患者さんと確認しながら実践。これは各ベッドサイドに貼っています

様 リハビリ予定表 3月

曜日	時間	内容
月	9:05-13:30	理学療法
火	11:10-13:30	言語療法
水	9:45-11:10	作業療法
木	9:45-11:10	理学療法
金	9:45-11:10	言語療法
土	9:45-11:10	作業療法
日	9:45-11:10	理学療法

予定表は病室から取り回して下さい

▼リハビリ室の風景



▲手先の訓練▲

POINT 3

脳卒中後遺症だけでなく、年を重ねると飲み込む機能を含めいろんな機能が低下していきます。食べる前に『食べる体をつくる』ことが大事。これは誤嚥予防にもつながります。今年6月から実践を始めました。口の体操・発声することで体をリラックスさせる・覚醒できる、など効果はあるようで、昼食前に15～20分間、毎日の実践ができています。



▲食前体操を行っています♪

POINT 4

虫歯・歯肉炎などの予防になります。自分の歯で食べられるって、味が違うみたいですね。いつまでもしっかり食べられるように。そして年齢とともに誤嚥、ムセ込みしやすくなります。その時に食べ物のカスと一緒に肺の方に入る症状がひどくなるので、その予防にもなりますね。



▲日々の口腔ケアは重要！