

リハビリテーションの重要性



株式会社クリエイティブ・ワイズ 代表取締役 三宅曜子

5月から6月にかけて、痛めていた股関節の手術のために広島の整形外科に入院し、Mako（メイコー）システムというロボットで人工股関節置き換え手術を行った。

このロボット手術の場合、神経や血管の損傷が少なく、骨切りも確実にできるため、全国の病院で使われるようになった。

5月15日に入院し、翌16日に手術を行い、左脚を人工股関節にしたが、手術の翌日からリハビリが始まった。

私は幼少時からバレエをしていて、大人になってからはずっとスポーツジムに通い、スタジオレッスンやプールエクササイズを行ってきたが、特にバレエをやっていた場合、股関節を痛める人が多いようだ。私も例外なく、徐々に悪くなり、自宅マンションのエレベーター出入り口に靴のヒールが挟まり転倒する事故で、左股関節を強烈に痛めて手術までしなければならなくなってしまった。

今回は、ロボット手術後、翌日から行ったリハビリの重要性とその素晴らしさについて記載したい。

■ 広島の民間病院にあるリハビリテーションのすばらしさ

今は公的病院の場合、手術が終わると退院しなければならないことが多い。

例えば広島大学病院の場合、入院してから9日間で退院し、他の病院に移る必要がある。

そのため、私は広島大学病院の整形外科にある股関節専門医が民間の病院に行き、手術をし、そのまま入院しながらリハビリテーションを受けることにした。

私が入院したのは『ヒロシマ平松病院』で、これまで股関節の手術をした知り合いからもリハビリのスタッフである理学療法士やその施設のすばらしさを聞いていたが、思った以上に素晴らしい。

私の担当理学療法士が決まっていて、スケジュールを事前に決められ、病室まで迎えに来てくれる。

この病院の2階にある『リハビリ室』では、外来で他病院から来ている人も多く、リハビリ担当者を待たれていた。

私は手術後すぐに歩行器を使ってリハビリ室まで行き、まずリハビリ用ベッドに寝て、

手術をした足の動きを確認することから行った。

まだ術後間がないため、痛みはあったがゆっくり動かしながら痛みのある部分の確認を行い、硬くなりがちな部分のマッサージから行ってもらった。

やはり術後フットポンプや、術中から履いている、ひざ下のうっ血を防ぐための着圧ハイソックスを身に着けているため、どうしても圧迫による腫れも出ていた。

特に私は個室だったこともあり、心配してお見舞いに来てくださる方が多かったため、日中はベッドには寝ていなくてソファに長く座っていたため、足の腫れはひどかったが、毎日ゆっくりマッサージをしてくれ、数日後から少しずつ引いてきた。

私が感動したのが、個々の患者のリハビリの担当が決まっており、毎日の状況を確実に把握され、1日2回、午前と午後に各40分程度ステップアップして本人の状況を聞きながらしっかり行ってくれること。

手術前にはほとんど歩くこともできなかったのが、歩行器を使いながら少しずつ歩けるようになってきた。足の付け根部分に人工関節が入っていることを忘れるぐらい、両足で立っている。

リハビリの担当理学療法士は硬くならないようにもみほぐしながら足上げや腰かけて足踏みを行うことから始めることからやった。

本当に今まで通り早く歩いたり、階段の上り下りもスムーズにでき、スポーツもできるようになるのか、半分不安の毎日であったが、『だいぶよくなってきたよ！』の声掛けで少しずつ自信が持てるようになってきた。

■一週間で歩行器無しで歩けるようになる。

1週間目には杖でゆっくり歩くことをはじめた。

患者の状態を把握しながら、確実にステップアップしていき、本人がリハビリに挫折しないように励ましながら進めていってくれた。

ここのリハビリテーション室には様々な設備が揃っている。歩くだけでなく、片足でバランスをとったり、歩幅を変えながら前後歩きをする平行棒も充実。寝ながらボールで足の曲げ伸ばしをするような大小のボール。左右の足の出し方のバランスを見ることや、階段の上り下り、慣れてきたら病院の外をゆっくり歩き、床面のギャップをうまくカバーしながら進むことも行った。

外の空気を吸うことが今まで感じたことのない喜びだった。

ここにはプロのリハビリスタッフの数が多く、その部分も充実している。

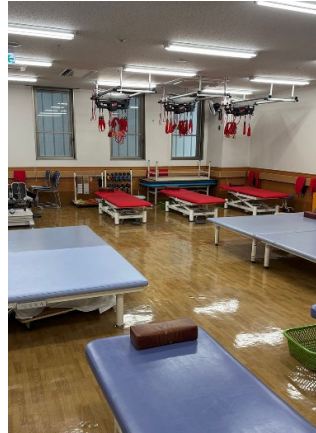
私は毎日2回リハビリをすることで、しっかりと確実に歩けるようになった。

手術して2か月。今は退院しているため、毎週外来でリハビリに行っているが、来月からはスポーツジムにも行き、筋肉を付けることも行っていくつもりである。

手術もロボットを用いたもので、大幅に良くなっていることだけでなく、その後のプロによるリハビリテーションの重要性とすばらしさを勉強した。



リハビリルーム入口



リハビリ設備



外来用リハビリ施設



歩く機能回復用平行棒



リハビリ用具類

マーケティングコンサルタントとして、中小企業支援及び指導、商業活性化事業、まちづくり事業等、顧客のニーズを的確に捉えた市場開発とアプローチ手法等、幅広い分野におけるマーケティング全般のアドバイスを全国各地で手掛ける。また、平成 19 年度より地域資源活用事業の政策審議委員、国会での参考人をはじめ、全国で地域資源を活用した事業推進、農商工連携事業、JAPANブランドプロデューサーなど幅広く活躍中。

- 経済産業省地域中小企業サポーター
- 同、伝統的産業工芸品産地プロデューサー
- 広島市産業振興センター経営支援アドバイザー
- 内閣官房 地域活性化伝道師
- 同、クールジャパン地域プロデューサー
- 広島グッドデザイン賞、石川県、富山県 他ブランド審査委員 他