

第9分野	リハビリテーションプログラムについて(松沢)(阿部)
解説	統合失調症の治療において薬物療法は要となるものだが、薬によって症状が軽減するだけでは不十分である。統合失調症に罹った多くの人々は長期にわたって希望もなく、絶望的な気持ちを持って生活した経験を持っている。入院後もこのような絶望的な気持ちを抱え生活している方が多い。統合失調症を患う事によって、病気そのものに苦しむばかりでなく、社会で生きていく自信を失い、自主性や自発性が低下して、生活していく能力にも障害が生じる傾向がみられ、色々な社会的ハンディを背負ってしまう。抗精神病薬による治療で症状を軽くする事は出来るが、このような生活障害を回復させるのは困難である。生活障害はそのまま放置していくと、ますます社会生活が困難となってしまう。そこで急性期から脱した後失われた生活技能、生活障害を改善して実社会へ戻る事を目的としてリハビリテーションを行なっていく。又、リハビリテーションに取り組む事で、友人や仲間との親しい関係を築き、自立した生活を作り上げて行く事も目的でもある。障害を持った個人を援助し、可能な限りその機能を発揮させるよう医学的、社会的、教育的な各段階を組み合わせる過程がリハビリテーションである。リハビリテーションプログラムには、SST、生活指導、料理教室などがある。なぜ、リハビリテーションが必要か、看護者側は理解して行なわなければならない。
	○2003年4月の介護報酬見直しにおいて、リハビリテーション関連事項に対する「国際生活機能分類: International Classification of Functioning, Disability and Herith)の理念は非常に大きい。また、ICFの理念は本来、リハビリテーションの理念・技術・プログラムを理解する上で不可欠である。 ICFの最大の目的は、異なる領域の専門家同士、専門家と利用者・患者・家族、そしてそれらの人々と行政などの相互理解のための「共通言語」としての位置づけである。 リハビリテーション・チーム内の各職種間の真のチームワークのために、リハビリテーション・チームと利用者・患者・家族との間での共通認識の確立と、それに基づく自己決定権の尊重に立った共働作業としてのリハビリテーション遂行のために、ICFは「生活機能」を総合的に把握するための実践的なツールとしての意味合いも大きい。 * ICFは統計・教育・研究などの広い目的にも使いうるものである。
	2001年のWHO総会で採択されたICFは、1980年に発表された「国際障害分類(ICIDH) international Classification of Impairments, Disabilities and Handicaps」の改訂版であるが、ICIDHが「障害」というマイナス面を中心に捉えたのに対し、「生活機能」というプラスの面を中心に見ようとするところに根本的な視点の転換があり、全く新しいものと言っても良い。

	遊びリテーションは今、「高齢者の軽スポーツ」や「遊び的、リハビリテーション」と位置づけられている。 幼稚な遊びではなく、共感の道具とし「ワーカーがお年寄りと向き合えること」。これが幼稚園レクと違う部分であり、アイデンティティである。 お年寄りの笑顔が、これが遊びではないと証明している。しかし、幼稚的なレクだった場合は、お年寄りの笑顔ではなく、「させられている」気分になる。 児童のレクには方向性がある。「成長を促すため」の手段なのだから、子供は遊びの中で関係を学び、順番と序列、生きていく術を学ぶ。 しかし、高齢者にはこれらすべては必要ない。必要なのは「成長」ではなく、「安定した関係」「安定した情緒」「安定した体」である。そして何よりも大切なことは、「一緒にする」ということである。 高齢者には、教える、指導する、してあげるのは通用しない。それが、幼稚性を生み出す原因のように思う。
	お年寄りの元気だった頃の生活を考えると、地域ごとの運動会や花見やスポーツを集団で楽しむ生活を送っていたのである。それが地域とのつながりという関係性を構築していた。 お年寄りの生活環境を大切にするのであれば、その時代の生活は、地域という集団生活の中で暮らしていた事実を認めざるを得ない。 個を主張する時代は、戦後の人間観である。 高齢者は子供時代、遊びの中で人間関係を醸成していたのである。 現代の合理主義、物質主義、個人主義の中で忘れられてしまったものに目を向けることが大切である。
例題1	生活指導の目的は何ですか？
回答	患者様の自立度の程度、患者様のもつ問題に合わせた個別的な援助をする。 日課表の作成は単純なものから始め、少しずつ生活能力を高めるように工夫する。日課表にこだわりすぎたり、規律として強制したりしない。患者様の自発性を高める方向で進める。
例題2	SSTの目的は何ですか？
回答	ストレスに対処し、社会的役割を果たす事の出来るように生活技能を向上、生活の質を高め、再発を防止する事が目的とされる。
例題3	服薬指導の目的について述べなさい。
回答	疾病教育と同様に病識・病感を持っていただく事、決まった時間に患者が自ら服薬が出来るようになる為に、薬とは何なのか、何の為に飲むのか、なぜ時間が決まっているかなどを説明し、理解していただき、自己服薬の継続につなげていくことを目的としている。

例題4	服薬継続して頂く為に患者様へどのように指導していきますか？
回答	入院となった時に大きなストレスがかかっているのを、そのために脳の弱っているところに薬が効いている状態です。今は何の症状も出ていないと思っているかもしれませんが、今の良い状態を保つために服薬しています。今服薬している薬は、糖尿病や心臓病の慢性の薬と同じように、慢性で服薬して行かなくてはなりません。と説明する他、用いられる薬物の特徴、作用、副作用、自己観察と薬物療法について、具体的な事柄を説明していく。
例題5	料理教室をおこなって行くうえでの注意事項・指導ポイントを挙げて下さい。
回答	特に単身生活を送る患者様の場合には、誰かがそばにいる病院内の環境とは異なる為、それだけ自分の健康は自分で守らなければならないことを話しておく事が必要になる。長期入院の末に社会復帰する患者様には中・高年者が多く、一般的な傾向として慢性疾患などの身体的な問題を抱えている事も少なくないので、その点に関する食生活上の注意など、食事の仕度を通して、その人に理解しやすく実行しやすいアドバイスをすることが重要である。
例題6	レクリエーションを実施するうえでの注意事項を挙げて下さい。
回答	病院全体で行うもの、病棟単位で行うもの、患者様の個性に合わせた楽しめる種目を、患者様と共に計画する。実施する場合、看護者は内容をよく把握し、分かりやすく説明出来るようにする。雰囲気はいつも明るく盛り上がるように心掛け、種目に変化をつけたり、患者様の疲労、時間の配分など考慮する。看護者は傍観者とならず、患者様とともに仲間として参加し楽しむ事が大切である。言葉遣いや態度に注意し、強制的、監視的、事務的な言動は避ける。レクリエーション参加の患者様の状態、反応、他患者様とのやりとり、身体状況などの観察を行い、情報交換し、次の計画に生かす。無為・自閉傾向の強い患者様には積極的に働きかけ、催しに参加する事は楽しい事であることを印象付ける努力を要する。
例題7	リハビリテーションの基本姿勢を書きなさい
回答	「マイナスからプラスへ」・・・「○○ができない」ではなく、何ができるのか、どのような可能性があるのかという観点で考えること。これは生活機能というプラス面を考えることである。 「心身機能から生活・人生へ」・・・生命・生物レベルである心身機能偏重ではなく、本来のリハビリテーションである生活・人生を重視すること 「受身からチャレンジへ」・・・本人が専門家から受身的にリハビリテーションサービスを提供されるのではなく、どういう生活・人生を送るのか、利用者・患者自身がチャレンジしていくことである。本人の自発性に任せるのではなく、そのように促していくのがリハビリテーションである。
例題8	リハビリテーションの意味を書きなさい

回答	リハビリテーションを、障害のために人間らしく生きることが困難な人の「人間らしく生きる権利の回復」であり、機能回復訓練と考えるのは誤りである。 リハビリテーションとは、生活と人生を向上させるものであり、生活(活動)と人生(参加)は、必ずしも心身機能の回復がなくても向上できる。心身機能が同じままでも、むしろ悪くなっている、生活上の活動に直接働きかける活動向上訓練で生活は向上し、それによって人生も向上する。 リハビリテーションも目標もプログラムも、一人一人の生活・人生が個別的・個性的であるように個別的・個性的なものである。 リハビリテーションは、利用者・患者様が主体であり、受身ではなくチャレンジするものである。
例題9	リハビリテーションという言葉の意味を書きなさい
回答	リハビリテーションは「機能回復訓練」という意味と考えられやすいが、この言葉の本来の意味は、「権利・資格・名誉の回復」である。 医療や介護で使われる場合にも、この言葉は「生活機能低下」のために、人間らしく生きることが困難な人の「人間らしく生きる権利の回復」を意味する。訓練という意味は全く含まれていない。
例題10	子供の遊びと大人の遊びの違いを書きなさい
回答	子供の遊びは「指導・教育・一方性」、大人の遊びは「一緒に共有」
例題11	参加者を動かすために一番大切なことは何か
回答	レクリエーションは、体を動かすことだと考えているワーカーがいるが、実際にはそのプロセスの中で、「こころを動かす」ことである。そのためには、ワーカー自身が空間と時間を楽しむことが大切である。自分の気持ちが動かないのに、参加者を動かそうとするから面倒くさかったり、盛り上げることが嫌になる。まずは、自分自身の気持ちを盛り上げること、参加者と一緒に楽しむ気持ちを共有することである。 「仕事だから楽しませなければならない」という考えは大きな誤りである。これでは不自然でアンバランスな時間を作るだけである。