



ひまわり



「リハビリテーションで機能回復をサポート ～人生に寄り添う医療を」

茨城県立医療大学付属病院 リハビリテーション科 松元秀次

2023年4月よりリハビリテーション科医師として働いております松元秀次と申します。

リハビリテーション（リハビリ）は、re（再び）と habilis（できる）からできたことばで、“再びできるようになること”という意味です。日本の超高齢化社会（65歳以上の人口の割合が全人口のなんと29%！）にあって、リハビリのニーズが高まっていることはいうまでもありません。

リハビリの需要が高まる一方で、専門とする医師数はまだまだ少なく、国内に2,350名しかいないのが現状です。理学療法士や作業療法士といったリハビリスタッフに任せっきりの“お任せリハ”になってしまっている医療施設も少なくありません。当院では、リハビリ専門医の指導の下、患者にとって最善の治療を提供しております。

当院の強みは、回復期ならびに生活期のリハビリに力を入れているところです。リハビリ治療は、できるだけ早く始めて、それを継続することで、患者さんの予後に大きな差が出ます。手術などの後に動けない状態が続くと、筋力低下や関節拘縮の状態になる廃用症候群を引き起こす可能性が高まります。1日寝たきりで過ごした場合、筋肉は2%落ちるといわれており、取り戻すにはおよそ3倍の時間が必要になります。高齢であれば事態はより深刻で、早く始めて継続したリハビリ介入が欠かせません。

臨床とともに私が力を入れているのが、リハビリロボットの研究・開発です。リハビリ分野でもロボット技術の進化は目覚ましく、さまざまなタイプのものが開発されています。なかでも体に直接装着して歩行のアシストをする、ロボットスーツ「HAL」は広く使用され、当院にも導入されています。療法士が体を支えながらの歩行訓練では、どうしても歩行量を増やすことが難しいですが、ロボットを使えば訓練時間を増やせるメリットがあります。

そのほかにも、上肢訓練用ロボットや電気刺激装置の開発と検証を行っています。上肢ロボットは、これまでの腕全体を動かすような粗大なものだったものを、手指・手関節・肘・肩と細かなパーツごとに動きの訓練ができるように開発し、すでに企業と一緒に製品化しております。電気刺激は、機能的電気刺激や治療的電気刺激といわれるもので、脳卒中や脊髄損傷、腓骨神経麻痺などの患者さんに対して電気刺激を加えることで、麻痺や歩行の改善を図っています。

当院では、多職種連携チーム医療によって、日に日に患者さんの回復を実感できております。これが私にとってのモチベーションになっています。もし、障害があつて動けない、最近活動が落ちてきた、といった方がおられましたら外来受診をお勧めください。そしてお気軽にご相談ください。

**事前予約が必要です。予約デスク（029-888-9201）へ電話し受診の予約をお取りください。
予約の受付は平日の午前9時～12時及び午後1時～3時までです。**



精神科デイケアのご紹介

木漏れ日の中、「おはようございます」と利用者さんの声が聞こえます。会話をしたりゲームをしたり、畳の上でくつろいでいる人もいます。茨城県立医療大学付属病院のデイケアではこれまで、多くの患者さんの社会復帰をお手伝いしてきました。うつ病や統合失調症などの精神疾患の治療では休養をしながらカウンセリング、お薬などの治療を行います。その後、職場や学校など普段の生活環境に戻っていきませんが、治療には数か月かかることが多く、ほとんどの患者さんは元の環境に戻る際に戸惑いを感じています。仕事を再開しても仕事に馴染めず、再び休職になってしまうことも少なくありません。かといって自信がつくまで家で休んでいても、家にいるだけでは職場に対する不安が和らぐことはなく、逆に外に出ることが億劫になり、より仕事に戻ることが難しくなってしまいます。そこで、精神科デイケアでは日中に活動できる場を提供し、社会に出るといふ大きな一歩踏み出す前の中間のステップとして、様々なプログラム行っています。

プログラムにはウォーキングなどの身体運動系のものや脳トレなどの認知機能系、調理などのADL系、認知行動療法などのコミュニケーション系、音楽やアートなどの表現系、家族支援のための相談会などがあります。茨城大学農学部と共同で行っている園芸療法はコロナ対策のため中断しておりますが、時期をみて再開したいと考えています。プログラムには月1回半日から参加でき、まずは安心安全な場面で自己効力感を取り戻すことから始め、ゴールに向けて時間や日数・課題を調整して段階づけしていきます。就労支援事業所やハローワークにスタッフ（看護師・作業療法士）が同行することもあります。今後は近年問題となっている発達障害や高次脳機能障害の方の社会復帰のお手伝いにも取り組みたいと思っています。

デイケアの広報誌（かきのたね通信）は不定期発行ですが利用者さんが原稿書きからパソコン入力まで行き、近隣の関係機関にお配りしています。病院のホームページにも掲載しておりますので、ぜひご一読ください。

利用には主治医の紹介状が必要ですので、かかりつけの精神科や心療内科の先生と相談してください。見学も可能ですので、ご興味を持たれた方はデイケア（029-888-9292）にお気軽にお問い合わせください。

デイケア担当医：井出政行（精神保健指定医、精神科専門医）

筑波大学で研修後、茨城県内の精神科病院に勤務し、2014年から筑波大学で精神神経科講師として勤務していました。2023年4月より茨城県立医療大に移りデイケアを担当しています。明るいデイケアを目指しますので、皆様のご利用をお待ちしております。



専門外来のご案内

茨城県立医療大学付属病院は、各分野の専門医を配置し、高度で専門的な医療を提供できるよう努めています。

頭痛専門外来

開設日：第1火曜日午後

対象となる主な症状：「激しい頭痛が何度も起こる」・「ズキズキするような頭痛を毎日感じる」・「市販の鎮痛薬が効かない」・「頭がしめつけられるような頭痛」
※いつもの頭痛とは痛みの感じ方が違ったり激烈でがまんできない、しびれや吐き気など普段はない症状が現れたりした場合は、重篤な病気の可能性もあるため速やかに救急病院を受診してください。

同じような頭痛を繰り返す慢性頭痛（一次性頭痛）の診療を、日本頭痛学会認定専門医が担当します。丁寧な問診や検査による診断と薬物治療を行い、加えて頭痛の誘因や日常生活の問題点にもアプローチして、総合的な治療・生活の質の改善をめざします。受診の予約をお取りください。

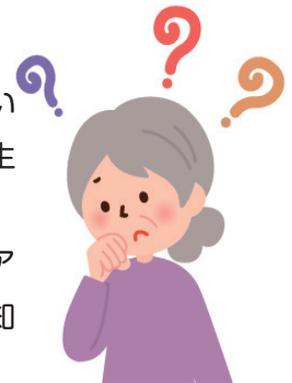


もの忘れ外来

開設日：第2・第4木曜日 9:00~11:30

対象となる主な症状：「最近経験したことを忘れる」・「朝食を食べたことを覚えていない」・「身近な人の名前を聞いても思い出せない」・「認知機能の障害のため日常生活に支障がでてきた」

もの忘れは、適切な診断と治療により回復する疾患が原因のこともあります。また、アルツハイマー型認知症やレビー小体型認知症など、治療の方法がないとされてきた認知症の場合でも、適切な薬物選択や生活指導を行うことで症状の改善を期待できます。



栄養・運動サポート外来

開設日：第2金曜日 9:30~10:30

対象となる主な症状：「理由もなく体重が減った」・「なぜだか手足がやせてきた」・「食欲がなく疲れた感じがする」など

「健康」と「要介護状態」の中間の「フレイル」や筋肉量の減少、筋力低下状態の「サルコペニア」について診断し、「リハビリテーション栄養」の考え方を基本に、栄養指導や運動指導を行います。



現在受診されている医療機関等がある方は、なるべくかかりつけ医に診療情報提供書（紹介状）を作成していただき、受診当日にご持参ください。医療機関を受診していない方は、地域や職場の健診の結果などをお持ちください。

事前予約が必要です。予約デスク（029-888-9201）へ電話し受診の予約をお取りください。予約の受付は平日の午前9時~12時及び午後1時~3時までです。

茨城県立医療大学付属病院の理念

患者さん本位の、
安全で良質なリハビリテーションを中心とした医療を行い、
患者さんが住み慣れた地域で、
安心して、その人らしく生活できるように支援します。

●基本方針●

- 1 患者さんの尊厳を第一に考え、安全で信頼性の高い医療を行います。
- 2 より良いチーム医療を行い、質の高い医療を提供します。
- 3 先進的なリハビリテーション医療の開発と実践を通して社会に貢献します。
- 4 県内リハビリテーション医療のレベル向上に努めます。
- 5 医療人としての誇りと、豊かな人間性を持った医療専門職の育成に努めます。
- 6 健全な経営に努めます。

医療機関のみなさまへ

◆◆◆画像診断サービスのご案内◆◆◆

当院では、画像診断サービスを地域の皆様に提供しています。リハビリテーション関連の疾患に限らず、画像診断に関することは広くご相談に応じます。

※他の医療機関の医師からの紹介が原則です。

～検査内容～

- ・一般X線撮影
- ・X線骨密度測定
- ・CT検査
- ・核医学検査
- ・MRI検査
- ・超音波検査

●本サービスを希望される場合は、医療機関からの電話による予約が必要となります。

TEL：029-888-9213

FAX：029-888-9274

詳しくはホームページをご覧ください。



～令和4年度診療実績～

- 延外来患者数 17,265人
(1日平均 71.05人)
- 延入院患者数 32,861人
- 新入院患者数 561人
- 退院患者数 552人
- 平均在院日数 58.06日

当院へのアクセス



●鉄道・バスをご利用の場合

JR常磐線 土浦駅または荒川沖駅で下車

□土浦駅（西口）からバスで約25分

「阿見中央公民館」で、

「県立医療大学入口」下車、徒歩約8分

□荒川沖駅（東口）からバスで約25分

「県立医療大学行」で終点下車、徒歩約3分

●お車をご利用の場合

□常磐自動車道「桜土浦IC」より約25分



茨城県立医療大学付属病院

Ibaraki Prefectural University of Health Sciences Hospital

〒300-0331 茨城県稲敷郡阿見町阿見4733

TEL.029-888-9200(代) ホームページ <http://www.hosp.ipu.ac.jp/>

