

理学療法 (PT)

理学療法室のページに寄って頂き、ありがとうございます。当院の理学療法室には現在23名の理学療法士が勤務しています。このページでは、理学療法の概要についてお届けしたいと思います。

具体的には

関節可動域練習

生活する時に、関節が硬くなって制限が（拘縮が）あるため衣服の着脱が困難だとか、下肢の関節に拘縮があるため歩けないなどということのないように、初期から関節可動域の維持、増大につとめています。

筋力増強練習

病気やケガの後、筋力の弱くなっている時などに強化するために行います。筋力増強練習は各個人の筋力に応じた練習法で行われています。

例えば

- 理学療法士が直接手で抵抗を加えて行う筋力増強練習
（徒手抵抗練習）、また自分では筋力がなく十分に動かせない場合には理学療法士が介助しながら行うこともあります。
- 重りによる筋力強化練習



基本動作練習

姿勢を保持することはすべての動作の基本であり日常生活を送るうえで欠くことのできない要素です。そのために体位変換（寝返り）、座位バランス、四つ這い、膝立ち保持、移動などにより筋力強化とバランス感覚の練習を行っています。



歩行練習

〈平行棒内での歩行練習〉

立っているときのバランスの獲得、筋力と耐久力の増大を目的に行ないます。杖での歩行訓練の前段階として行っています。

〈歩行練習〉

それぞれの人の運動機能の程度にあわせて杖を選択し（松葉杖、四点杖、T字杖など）、機能にあわせた歩きかたを指導します。状態に応じては、杖なしでの歩行練習指導も行います。



〈応用歩行〉

階段昇降、坂道悪路歩行、方向転換などの練習を屋外などで行います。

その他に各運動機能にあわせ、医師、技師装具士との連携を取りながら補装具を作を援助し、矯正しています。

車椅子操作練習

車椅子を日常の移動手段とする人達に車椅子の基本的な操作の方法を指導します。また屋外では、段差や坂道など車椅子を駆動するうえで難しい箇所もたくさんあるので、応用的な操作の練習として屋外を想定した練習も行っています。



全身調整運動

特別な病気やケガがなくても長期間の安静により体力が落ちます。このような時に行なうのが全身調整運動です。歩行訓練、関節可動域訓練、筋力強化訓練、胸郭拡張訓練などを行います。訓練用自転車をこいだりすることもあります。

温熱療法

温めたり、冷したりします。作用としては、鎮痛、新陳代謝亢進、筋肉の緊張を和らげるなどで、ホットパック、パラフィン浴、極超短等を使用して行います。

水治療法

バイラバスという機械の中にお湯を入れておき、その中に手や足をつけます。温熱効果や水流によるマッサージ効果があります。水温は38℃～41℃程度です。