

## 第 37 回家族会

H30 年 3 月 17 日（土）に家族会を開催いたしました。参加者は家族、患者さん 11 名、スタッフ 4 名で合わせて 15 名でした。今回は「廃用症候群を予防しよう～入院生活からみえてきたもの～」と題しまして、私の入院生活での実体験をもとに廃用症候群について話をさせていただきました。



廃用症候群とは、「過度に安静にすることや活動性が低下したことによる身体に生じた様々な状態」を言います。

私は一週間だけの入院でしたが、入院生活そのもの、病院という場所そのものが廃用を否応なしにつくってしまうと感じました。その理由としては、病衣を当たり前のように着ること、食事は上げ膳下げ膳で全て行ってくれること、カーテンの閉まっている病室の雰囲気などです。急性期病院では当たり前のように病衣をみんなが着ていました。あの病衣を着るだけで気持ちから病人になってしまうと感じます。また入院中は食事の配膳及び下膳など自分で出来ることもしてくれることがありました。自分で出来ることもしないので自然と活動量は減ってしまいます。私の病室は私以外みんなカーテンが閉まっておりました。カーテンが閉まっていると「静かにしなくてはいけないかな」と気を遣い、自然とベッドの上では本を読むか、テレビを見るか、携帯をみているか、寝ているかでした。以上の経験から廃用症候群は防ぎようがないと感じます。病院というところは廃用をつくってしまうところだと思いますので、入院しないですむのなら入院はしないほうが良いというのが私の結論です。

当院は回復期病棟を有していますが、入院される方は必ずと言っていいほど何かしらの廃用症候群を有していると思います。それらを回復させ、機能及び能力を向上させるためにはリハビリの時間だけでなく離床時間を増やすことが必要になってくるのではないのでしょうか。そのためには患者さんが継続して出来る何かを一緒に見つけていく必要があるなあと感じた入院生活でした。

原田 智史