

“結愛” ~ゆい~

『今月の豆知識』

17日は「理学療法の日」です。これは第1回理学療法士国家試験に合格した110名の理学療法士が、この日に日本理学療法士協会を設立したことを記念して制定されました。理学療法士のことを多くの人に知ってもらい人々の健康に貢献したいという願いが込められています。当院の総合在宅支援室には理学療法士が4人、作業療法士が5人勤務しています。理学療法士は起き上がりや立つ・歩くなどの基本動作能力の回復を図ります。作業療法士は日常生活を送るための機能回復に加えて、精神的な回復の支援も行います。具体的には、食事、トイレ、着替え、家事のほかにも、復職に必要な作業など、さまざまな面から日常生活をサポートします。身体のことや生活の中でお困りのことがありましたら、リハビリ職員へ気軽にお問い合わせください。

『通所リハビリテーション～紫陽花・傘づくり～』

6月は梅雨空を少しでも明るくできるように、お花紙で紫陽花、ちぎり絵で虹を作成しました。雨が降ることが楽しみになるような鮮やかな傘も作り、通所の天井からぶら下げてあります。最近是指先を使い細かな作業をしていただくレクリエーションも行い、月に1～2個の作品が出来上がっています。今後も何ができるか楽しみに取り組んでいただけたらと思います。



『血圧について③』 今月は高血圧の分類となぜ血圧が上昇するかについてです。高血圧には2種類あり、「**本態性高血圧**」と「**二次性高血圧**」に分けられます。この分類によって血圧の上昇する原因は異なってきます。分類ごとに説明していきます。

本態性高血圧

高血圧と言われる方の約90%を占めており、原因がはっきりとわかっていません。様々な要因が関連して血圧の上昇につながっているといわれています。要因としては、遺伝因子と環境因子が挙げられます。環境因子としては塩分の摂り過ぎ、肥満、過度の飲酒、運動不足、ストレス、喫煙などが本人の生活習慣に関わる要因が多く挙げられています。次回、二次性高血圧についてです。