

# 医療法人芙蓉会 南草津病院

## 訪問リハビリテーション情報誌

# みなりハ

第18号

発行日 2016. 7月

梅雨が終わると、いよいよ夏本番。年が明けると比較的早い時期から、「今年の夏は猛暑になる」「厳しい暑さが続く」と言われてきました。実際に5月から夏日を記録し、梅雨の時期には30度を超える日もありました。僕達が子供のころの記憶では、夏場の最高気温はせいぜい33度程度だったような気がします。今や40度に届こうかという暑さ…今年も寝苦しい夜が続きそうです。

毎年この時期になると「熱中症」が話題になります。「みなりハ」でも毎年取り上げていますが、注意喚起の意味も込めて、今年も取り上げたいと思います。

### 【熱中症のポイントは“環境・からだ・行動”です！】

- ①環境 : もうご存じの通り、熱中症の危険は屋内外を問わず潜んでいます。特に暑くなると家の中にいることが多くなると思いますが、室内の温度や湿気、風通しに注意してください。
- ②からだ : 夏場、特に汗をかきにくい方は熱が体内にこもります。また、汗をよくかくという方は脱水状態になりやすくなります。冷房や扇風機など涼しい風に当たったり、時には氷などで体を冷やすことも重要です。また、こまめに水分（利尿作用の低い物）の摂取を心がけましょう。
- ③行動 : 「リハビリの為に散歩に出る」「受診などご家族との外出」といった際にも熱中症への注意が必要です。無理をせず日陰で休むことや、用がなくともコンビニなど涼しい所で体を休める。お茶など飲み物を持っておくことをお勧めします。

☆対策をしっかりと行い、厳しい夏を乗り越えましょう！

### 《皆様、訪問リハビリの領収書をどうされていますか？》

先日、利用者様からこんなご質問がありました。

Q. 「訪問リハビリの領収書は捨てていいの？」

A. 訪問リハビリにかかった費用は医療控除の対象となります。最終的に控除されるかどうかは人により異なりますが、年度末まで捨てずに持っている事をお勧めします。

医療費控除対象額			領収金額		
¥2,735			¥2,735		
平成28年 5月分 期間 5月1日～5月31日					
利用内訳		控除	単価	数量	金額
利用者負担額		*			2,735

## み な り ハ 通 信

### 『ご家族、ケアマネージャーさんの協力にてデイサービスを利用』

今年度は、訪問リハビリを卒業されたご利用者様の「その後」の様子をお伝えします。

今回は C さんのご紹介を致します。C さんは特に身体面に大きなご病気はなかったものの、食欲低下が著しく、一時は寝たきりに近い状態となり、いわゆる床ずれができてしまいました。しかし、ご家族の協力にて少しずつ食欲が戻り、また往診の先生や訪問看護・訪問介護の入浴介助を利用することで、床ずれが完治しました。その後「少しでも身体を動かして、できれば近所を家族と一緒に散歩できるまでになってほしい」というご家族の希望から訪問リハビリのご依頼がありました。

訪問リハビリ開始当初、冬の朝一番の時間にしっかりリハビリに伺えなかったため、ベッド上で休まれていることがほとんどでした。しかし運動はもともと好きであり、訪問リハビリ時の運動を頑張って行っていました。自主トレーニングも時々であればして下さるようになりました。冬から春になるにつれ、訪問時にベッドで休まっていた C さんはベッドに座って待っていて下さることが多くなりました。近所の公園で桜が満開になったときには、ご家族と散歩をして下さるようになりました。

家からお出掛けをする通所系サービスをご利用いただければ、という思いがご家族にもケアマネージャーさんにもありました。暖かくなったことと、少しずつお元気になられたことから、半日のリハビリ特化型デイサービスの見学をされました。以前に 1 日のデイサービスをご利用になられていたものの、ご本人のご希望とは合わずに途中でご利用を中止された経緯がありました。見学に行ってくださいましたことも嬉しかったのですが、なんとご本人から「行ってみようかな」という言葉を聞くことができました。1 ヶ月、半日デイサービスと訪問リハビリを併用され、デイサービスを継続して利用していただけるということが分かり、訪問リハビリは卒業する形となりました。

(先日、その後のご様子を伺ったのですが、継続してご利用になられているとのことでした。)

C さんは、ご家族のサポートと、ケアマネージャーさんの提案で、少しずつお元気になられ、デイサービスをご利用できるまでになれた方です。訪問リハビリは、週 1 回運動の機会を提供させてもらったにすぎません。通所サービス利用という大きな生活の変化は、いろいろな方のサポートとご本人の少しでもやってみようという気持ち、またデイサービスの雰囲気も含めたサービス内容が合致したからだと思われます。

現在、通所系サービスをご利用されていなくて、利用してみたいと思われた方はいろいろな通所系サービスがありますので、ケアマネージャーさんやリハビリ担当者にお聞きください。