

皆さんは、手のリハビリ(リハビリテーション)と... 疾患に対して行うリハビリ... とも言います。

一般的にリハビリと聞くと、関節を動かしたり、筋肉を鍛えたり、歩く練習... スポーツ、職業への復帰を...

健康講座 シリーズ 312

手は非常に複雑な構造をしていて、リハビリには専門的な知識や技術が必要となります。

手は身体の中でも小さい部分ですが、全身の骨の数は約206個ある中で、約82個の骨が手の中に存在しています。...

手のリハビリ

大阪掖済会病院 リハビリテーション科副技師長 理学療法士



上野 有毅

なったり、繊細な感覚も感じ取ったりすることができ... 私たちは普段何気なく手を使っていますが、手は日...

専門医・セラピストと早期治療

日常生活の中の非常に大きな役割を担っています。少し専門的な話になりますが、手の役割は大きく分けて3つあります。

1つ目は、基本的な役割として、握る、つまむなど... 2つ目は、手を動かして作業を行う役割です。...

3つ目は、手を使った動作でコミュニケーションをとるなどの社会的な役割です。...

折やけがまたは病気がなどで、腫れたり、痛みが出たりする炎症が起ると、たちまち関節拘縮といって関節が動かない状態に至ってしまふことがあります。

整形外科医の領域でも、手の分野の専門があり、当院にも手外科専門医が在籍しています。...

「ついつつ悪循環に陥ると、せっかく手術を行っても、手はまた硬くなる」と、手はたちまち硬くなる... 複雑な手術の後では、どのように動かせばいいのかが、どの程度の頻度で動か...

の運動機能、手全体を支持として使う支持機能、痛みや温度、触った感覚や動きの情報伝える機能があります。...

す。手そのものが美術的な視点から美の象徴として利用されたり、握手などのコミュニケーションの方法... 手術の経過には、リハビリがとても重要となり、ここから手のリハビリが開始されます。

ついでに、手のしびれや痛み、指が伸ばせないなどの症状で来られたり、労災や事故などでの広範囲な外傷や切断で緊急搬送される患者さんが多く、手のリハビリを受けています。...

患者さんは早期からリハビリを行います。なぜなら、早期に行うことで関節が硬くなるのを防ぐことができ... 硬くなるにつれて、動かすことが難しくなると、手はたちまち硬くなる... 硬くなるにつれて、動かすことが難しくなると、手はたちまち硬くなる...

複雑な構造...「腫れ」「しびれ」「血色の悪さ」放置しないで

せはいいのかという問題が出てきます。...

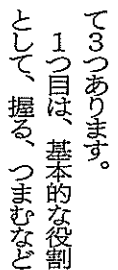
また、適切なセルフエクササイズ指導は、セラピストと行うリハビリ時間以外でも自己管理で運動を行うことで良好な治療成績につながります。...

- ①関節可動域運動 関節を動かす、制限の改善を促します。
②筋力増強運動 握力やつまむ力などが低下した筋力の回復を促します。
③感覚練習 感覚が鈍い過敏などに対し、適切な刺激で感覚の回復を促します。

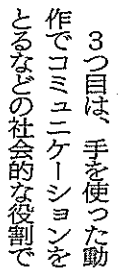
手のリハビリは、再び「生活する手(Useful hand)」としての能力を取り戻すことにあります。...

- ④巧緻動作練習 細かいリハビリ道具を用いて、つまむや挟む、握るなどの動きの獲得を目指します。
⑤スプリント作成 熱で変形する素材を用いて、個々の症状、形態に合わせて治療や保護道具としてスプリントを作成します。

筆者の勤務先病院 大阪掖済会病院(〒550-0022大阪府西区本田2-1-10) 電話06-6581-2881...



手のリハビリの様子



スプリントの使用例

手のリハビリで特徴的なのは、⑤のスプリント作成と⑥のセルフエクササイズ指導です。スプリントは患者さんの治療経過や症状に合わせて、すぐに作成・修正ができるメットがあります。患者さん一人一人に...