

「リハビリ」について ~自分らしくあるために~

「脳梗塞で体に麻痺が残り入院中にリハビリした」「骨折してリハビリ通院した」。ご自身や身近な方で、経験があるかもしれません。よく耳にする「リハビリ」。医療保険と介護保険、それぞれの目的や内容についてご案内します。

「リハビリ」とは？

リハビリテーションは、機能を回復させるための訓練と考えられがちですが、実はもっと広く深い意味があります。

「リハビリテーション」という言葉は「再び人間としてふさわしい状態にする」という意味のラテン語が由来です。単なる機能回復や訓練ではなく、自分らしい生活や人生を取り戻すことが重要で、そのために行われるのがリハビリテーションです。



リハビリテーションの3つの専門職

- **理学療法士 (PT)** : 起き上がり、立ち上がり、歩くなど基本的な運動機能の動作訓練をします。物理療法(ホットパック、電気治療など)を組合せて身体の動きをよくしていきます。
- **作業療法士 (OT)** : ご飯を食べる、トイレに行く、お風呂に入る、顔を洗うなど具体的な日常生活動作の訓練、趣味活動や生活を豊かにするために環境調整などを行います。
- **言語聴覚士 (ST)** : コミュニケーション

や食べる事に障害を持つ方々に対し、実際に会話などを通して訓練を行っていきます。

医療保険と介護保険、それぞれの役割

医療保険では、病気や怪我により低下した身体機能の回復や生活の質の向上を目指して医師の指示のもと実施。病気や怪我の種類により、受けられる日数期限が変わります。



一方、**介護保険**では、日常生活の自立をサポートし、生活における個別の目標に応じた期間設定のもと、ケアマネジャーが作成する計画にそって実施されます。

原則として、両保険の併用はできません。

医療保険のリハビリは、病院、クリニックなどの医療機関で行います。外来通院・入院など、医療機関の管理・医師の指示のもとでリハビリを行います。

介護保険のリハビリは、通所リハビリテーション・訪問リハビリテーションなどの事業所が実施します。長期にわたるリハビリを受けることや、実際の生活課題に合わせながらのリハビリを行うことができます。

だれでも突然の事故や病気、また加齢により心身機能の低下が起こる可能性があります。リハビリで自分らしい生活が取り戻せるよう、まずはかかりつけ医やケアマネジャーにご相談ください。〔富田町病院 リハビリテーション課 川原良美、地域連携室 植田光世〕