

『リハビリテーションを考える』

今年4月から理学療法士として天塩町立国民健康保険病院に勤務している高田と申します。私は中学校まで天塩町で過ごし、その後、札幌の高校へ進学し、リハビリテーション養成校、12年の病院勤務を経て21年振りに天塩町に戻ってきました。

久しぶりの天塩での生活は、アウトドアが好きな私にとって、冒険をしているような刺激的な日々です。豊富な山、海の恵みに囲まれ、空と雲、そして海が夕日に照らされ毎日違う表情を見せる利尻富士に魅せられています。大自然のなかで生活しながら仕事ができることに幸せを感じております。

さて、病院で働いていて患者さん方から「リハビリが大事」という声が多く聞かれます。「リハビリ」という言葉がこの町にも非常に浸透していて、皆様の健康に対する意識の高さに、本当に感心しています。

そこで今回は、皆様と一緒に「リハビリテーションの考え方」について勉強していきたいと思えます。



まずはリハビリテーションの語源を考えてみましょう。リハビリテーションという単語は、ラテン語の「re」＝「再び」と「habilis」＝「適した」に由来しており、「再び（できることを）適合させる」という意味になります。

すなわち、この語源を踏まえるとリハビリテーションとは、単なる機能回復ではなく、「その人らしく生きる権利の回復」だと解釈することができます。障害を治すだけでなく、障害を持った人が障害を持ったままでも、残された能力を最大限に引き出し、一人一人の人生にあった生活能力を獲得する。そして、より良い豊かな人生を送ることができるようになることが本来のリハビリテーションの考え方です。

さらに加えて、日本の医療・介護情勢の変化にも合わせていく必要があり、超高齢化社会の中で急増する医療費を抑制するためには、介護予防を含めた自立支援の発想も盛り込んでいくことが求められています。

私自身、これまで「病院に通うことがリハビリの一環だ」、

「リハビリをしてもらわないと悪くなる」という言葉を耳にしてきました。リハビリテーションの真のゴールとは、いつまでも受動的なリハビリテーションを続けることではなく、健康で活動的に暮らせる期間を延ばし、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最期まで続けることなのです。

生活の自立、介護予防を目指しつつ、住み慣れた素晴らしい天塩町で自分らしい生活を送ることを私は切に願っています。

そのために必要な機能回復や残された能力を最大限に引き出す時期でのリハビリテーションを提供していきたいと思えます。そして、リハビリテーションの真のゴールに向かって理学療法士としてお手伝いを精一杯させていただきます。と思っていますので一緒に頑張りましょう。よろしくお願いたします。

(文責 高田 拓幸)



【問い合わせ先】 天塩町立国民健康保険病院 ☎ (2) 1058