



## 活力ある暮らしを支える医学



リハビリテーション科医長  
ありもと なおと  
**有本 直人**

リハビリテーションはリハビリ、リハと呼ばれることがよくありますが、何を指している診療科でしょうか。筋力を上げるなどの訓練がリハビリテーションの本分と思われる方が多いと思いますが、「その人がその人らしく活力ある暮らしを送ることを支える」ことがリハビリテーション医学の基本です。

筋力増強訓練などの機能向上もその人らしい暮らしを守るために必要なひとつの方法に過ぎません。このことは、疾患、障害、治療の段階に関わらず重要視している大事な考え方です。当院でもさまざまな患者さんに対して、さまざまなスタッフと連携を取りながらチームとしてリハビリテーションに取り組んでおります。

一つの例として、嚥下障害と言われる飲み込みがうまく出来なくなってきたことで肺炎になり、入院となったケースを考えてみましょう。

まず急性期病院である当院としては、生命を守る使命がありますので、抗菌剤の投与や食事中止といった治療が行われることがあります。食事中止となりますと、栄養不足による筋力低下の影響は退院後の暮らしに大きく関与してきますので、出来る限り早い食事再開が望まれます。食事再開が安全かどうかの判断が難しい場合には、食事摂取のリハビリテーション専門チームが飲み込み具合を検査し、評価をします。その評価の上で、どう食べるのかを考えていきます。その選択肢は無制限だと思えます。

まずはどのように食べて暮らしたいのか、どのような人生を送りたいのか、そのお気持ち、価値観を常日頃から家族ともお話しいただき、医療スタッフにも気兼ねなくお話し下さい。その上で、生命を守りながら尊厳をも守れる方法を一緒に模索しましょう。



## 働き盛りこそ

## 歯と口の健康対策を

〜むし歯じゃないのに、歯医者で定期健診？〜

### 健康増進課

0538-37-2011

働き盛りの人は、仕事や家事など、日々の忙しさからお口の中のチェックや定期的な歯科健診が減り、歯や歯ぐきのケアがおろそかになりがちです。現状、市内の40歳以上の方の2人に1人が歯周病です。知らず知らずのうちに歯周病や歯肉炎は進行し、40歳以降になると歯周病により歯を失う人が増えてきます。

### 歯周病ケアが血糖値を変える？

歯周病になると、口だけでなく全身の健康を脅かしていきます。特に糖尿病との因果関係は強く、血糖値が下がりにくい状態になります。

その結果、糖尿病の悪化や糖尿病を引き起こす原因になります。歯周病の治療を受けることで血糖値が改善し、糖尿病の指標であるHbA1cも平均0.4%低下することが明らかになっています。

※HbA1c：1〜2カ月にわたる血糖コントロールの目安

### 歯を守るための新常識！

以前は「歯医者は歯が痛くなったら行くところ」だったかもしれないが、「痛くなる前に」予防のために歯医者へ行く」が現代の常識です。また、生涯を通じて口の健康を維持するために、かかりつけ歯科医を持ちましょう。かかりつけ歯科医を持つ人は、生活習慣病にかかる医療費が少なく、長生きであるとの報告もあります。

マスクを外す方が増えた今だからこそ、プロによる口腔ケアで素敵な笑顔を作りましょう。



### 「歯と歯肉の健診」を無料で実施中

40・50・60・70歳（令和6年3月31日現在）の方を対象として無料で健診を実施しています。詳しくは

市ホームページをご覧ください。

