

## 他職種連携…その3

市川治療室 No.299.2013.06

生活上の不具合を改善して生活の質の維持・向上をお手伝いするサービスためには「多職種での連携・共働」は欠かせません。

他職種連携とは「医療職」、「介護職」や「他の社会資源」などが連携した「癒し支える医療」、広義には「福祉」と言っても良いのではと個人的には思います。

先月は、医師・看護師などの医療職からケアマネ・ヘルパーなどの介護職まで多くの他職種のサービス内容を紹介いたしました。

今月は他種連携・共働として活動させていただいている市川治療室のサービス内容をご紹介します。

市川治療室（スタッフ13名）が提供させていただいているサービスは「医療保険」を使用したマッサージと鍼刺激のサービスです。（介護保険の適応ではない）

医療保険を適用させて頂いているので原則としてその内容はより「医療的」なものの提供を心がけています。（慰安的なものではない）

市川治療室の目指す「医療的なマッサージ」はストレッチ、リンパマッサージ、筋力運動などの方法により利用者（患者さん）の日常生活上の不具合を改善して日常生活動作（ADL）や「生活の質（QOL）」の維持・向上を目指しています。

具体的には以下の事を考慮しながらストレッチ、リンパマッサージ、筋力運動を行います。

1. ストレッチは以下の目的で行います。

- a. 筋肉の委縮防止と改善
- b. 筋力の低下防止と筋力増強
- c. 関節の可動域確保と可動域拡大
- d. 関節の拘縮防止と改善
- e. 血行の改善

2. リンパマッサージは以下の目的で行います。

- a. 筋肉の柔軟性回復
- b. 筋力の低下防止
- c. 血行の改善

3. 筋力運動は以下の目的で行います。

- a. 筋力改善
- b. バランス能力改善
- c. 歩行速度改善

筋力運動方法としては東京都老人総合研究所の高齢者向け筋力運動方法（CGT＝虚弱高齢者のための包括的高齢者運動トレーニング）を応用させて頂いています。

同研究所の発表に高齢者の健康余命を伸ばす要因として生活習慣、心理面、身体面、栄養面の他に体力面などを調査したものがあります。

その中で体力面では、筋力が強いこと、バランス能力が高いこと、歩行速度が速いことが健康余命を伸ばすものとして挙げられています。

例え要介護状態であっても上記の三点に関連する筋肉をターゲットにした高齢者向けの

筋力トレーニングを行うことは重要と思われます。

高齢者向けの筋力運動方法は若い人向けのものとは大きく異なります。  
多くの職種の方と連携しながら地域に貢献させていただきたいものです。