

透析リハビリテーション



当院では透析治療をされている患者様に対し
透析中に行うリハビリを積極的に取り入れております。

透析治療を受けられる患者様の中には足腰の不自由さにより
ご自宅での生活や通院に対する不安を感じている方が多くいらっしゃいます。

そのような方に対してリハビリテーションを実施し、
患者様が安心して日常生活を送ることができるようサポートをいたします。

透析リハビリが適応の方



自己通院が困難で
透析中にリハビリを受けたい方



活動量が低下してきた方
筋力の低下に悩まれている方

透析治療による運動機能の低下について

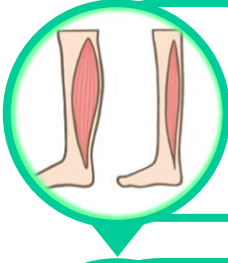
透析治療により様々な影響をおよぼし、筋肉量の低下へと悪循環になります。



透析治療は長い時間が割かれる点と透析後の疲労感により、日常生活での**活動量・運動量が低下する傾向**があります。



活動量・運動量が低下することで**筋力・体力が低下**し、疲れやすい体になり、さらに活動量が低下してきます。



徐々に**筋肉量が低下**してきてしまい、**基礎代謝・消費エネルギー**も低下します。



食欲も落ち、**低栄養**になり、さらに**筋肉量の低下**へ悪循環となり、徐々に自力で動くことが困難になります。

リハビリによる効果・メリットについて

**筋力と体力
の維持・向上**



**日常生活動作
の改善**



**足のつり症状
の予防・改善**



**透析効率
の向上**



日常生活動作とは、起き上がり動作や車椅子への乗り移り動作、食事、歯磨き、着替え、トイレ、入浴等の日常生活を送る上で必要な動作のことを言います。

透析中に運動をすることにより、筋肉の中に溜まった「毒素」が血管に流れ、**透析効率の向上**が期待されると言われています。

透析リハビリの主な内容

●運動療法

透析中にベッドの上で行える
ストレッチ、筋トシ、有酸素運動を行います。

患者様のお身体のお悩みやリハビリのご希望を伺い、
ひとりひとりに合った目標を設定して実施します。

※ 毎回、リハビリを始める前に体調を確認します。
体調に合わせてリハビリのメニューを調整します。



筋力・持久力を鍛えることができる以下の器具・機器が備わっています。



ゴムバンド

伸縮性のあるゴムを引っ張ることで
筋肉を鍛えることができる器具



てらすエルゴメーター

ベッドの上で有酸素運動が行える
自転車型のトレーニング機器

●運動指導・生活指導

透析患者様は運動量や活動量が不足している方が多くいらっしゃいます。
ご自宅でも行えるストレッチ・筋トシの自主練メニューをご提案や
日常生活での活動量を上げるポイントをご提案いたします。

透析リハビリを開始までの流れ



相談

透析リハビリを希望されたい方や興味がある方は、まずは、透析スタッフにご相談ください。



診察

透析の医師がお身体の状態や生活状況を見て、透析リハビリが必要かどうか診察をします。



開始

透析リハビリが必要と指示を受けましたら、透析リハビリが開始となります。

透析リハビリの詳細

透析リハビリの頻度・一回あたりに行う時間は以下の通りです。リハビリ担当者と相談し、お身体の状態に合わせて調整します。

一週間に行う頻度	週に 1~2 回
一回あたりに行う時間	20~40 分/回

リハビリについて詳しく知りたい方は、下記の方法でお問い合わせください。

1 お電話より

03-5970-2716 (代表)
「リハビリについて」とお伝えすると
リハビリテーション科へ繋がります

2 リハビリ 受付より

ぜひリハビリ室へ!!

クリニックマップ ▶

