

『患者友の会』勉強会 HNAを用いた動作介助法

～パーキンソン病患者様に対する新しいリハビリの方法～

5月の「患者友の会」は、23日（土）午後2時から大勝病院2階理学療法室で開催いたしました。今月のテーマは「HNAを用いた動作介助法」。HNAとは（ヒューマン ナチュラル アクション＝人の自然な動き）のことで、人に優しい、安全で楽な介助を行う方法です。講師・指導は当院瀬戸口佳史リハ部長が務め、参加された患者様や家族の方々30人が1人ひとり実習を受けました。

脳卒中などによる障害がある在宅患者に対する動作介助は、家族にとって負担な面がある一方で、患者様にも苦痛が発生します。当日は基本的な「寝返り」「起き上がり」「移乗」のやり方を、理学療法室の職員がモデルになって行いました。

「寝返り」では、ベッド上の患者の頭、肩、腰への正常な手の当て方、支え方を指導。瀬戸口部長が僅かな力で寝返りさせると「ええ～っ、こんなに簡単で楽なの？」と驚きの声上がり、繰り返し練習する家族もいました。

「起き上がり」は、介助者が腰を痛めたりするので、力が要らずスムーズにやる方法が紹介されました。参加者には女性が多く、家庭介助に苦勞していることもあって「家に帰って、早速やってみます」と喜んでいました。

「移乗」は、患者の持っている能力を出来る限り引き出しながら行うやり方が特徴です。人間は自然に動作することがあり、介助は出来ないところをカバーするのが大事だと言えます。当日は出席者全員が回転、座らせ方など3つを実技研修したほか、座らせ方の予備知識なども学びました。それぞれ要領が必要ですが、何回かやっていくうちにスムーズに行えるようになるようです。

約1時間の勉強会でしたが、出席者の多くが「このような講習会を、もっと開催して欲しいです」と要望していらっしゃいました。

