

脳卒中後 寝た切り にならない ために



2010/10/21 14:00

一緒に考え
ましょう

リハビリ講座
2011/01/21

日常生活動作能力 を高めて寝た切り を予防します





基本動作
能力(起
居・移動)
の維持

脳卒中後の障害があっても 健やかに老いるために

すこ

生活活動能力の維持で 心と体を健やかに

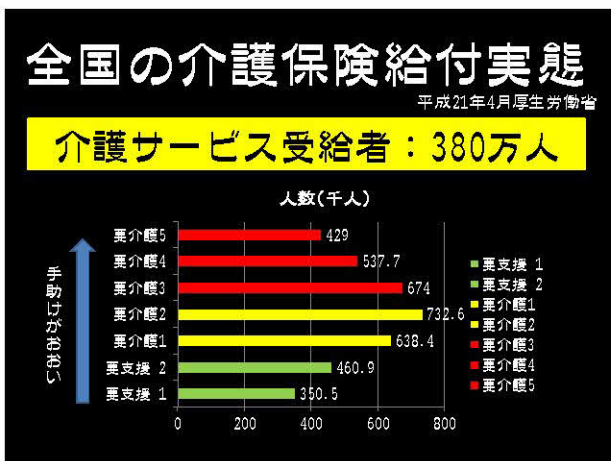
すこ

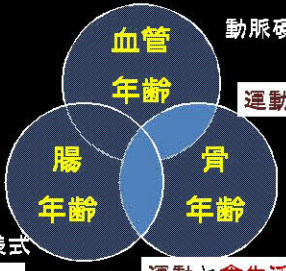
摂食・栄養 能力を維持する ことも大切です




そのために
姿勢保持・明瞭な
発声・発話能力・
嚥下能力、など
が必要です



寿命を決める3要素です



血管年齢 (動脈硬化の予防)


骨年齢

腸年齢

運動と食生活

規則的生活様式

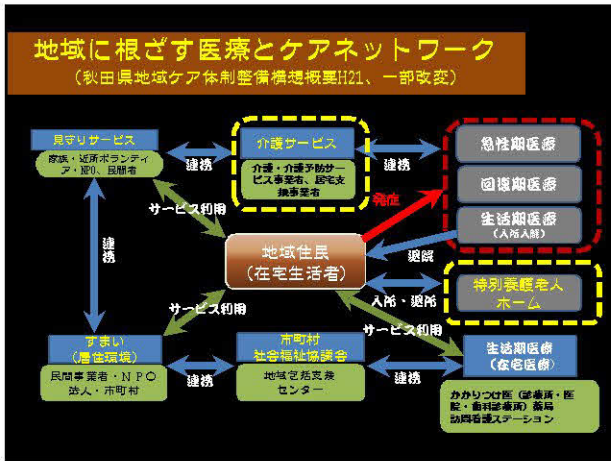
運動と食生活



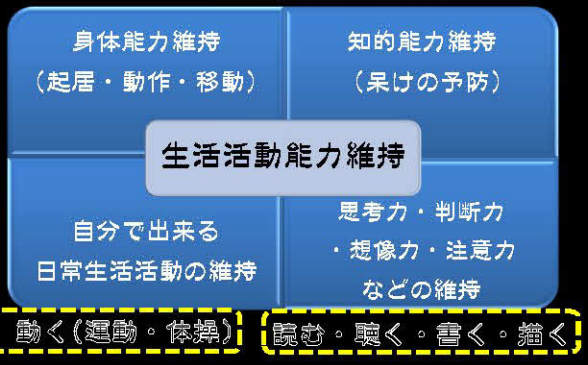
地域（自宅・施設）で生活活動能力を維持するために

そのキーワードは・・・

かかりつけ医（健康相談医）・地域の介護福祉利用（ケアマネ）・栄養（食事）・起居動作・身辺処理動作・知的能力



呆け・寝たきりを防ぐ = 生活活動能力の維持



まとめ 脳卒中後寝たきり予防のポイント

- ・ 医者と薬(D)：かかりつけ医（健康相談医）再発予防治療薬
- ・ ケアマネ(C)：地域医療福祉の仕組み利用
- ・ 身体リハビリ(R)：障害悪化予防・生活活動能力維持
- ・ 知的リハビリ(I)：読書・新聞・ラジオ・趣味活動・生きがい
- ・ 食と栄養(E)：摂食・栄養能力維持