

第5回 呼吸リハビリテーションの紹介

● リハビリテーションセンター理学療法士 佐野 晋作

今回は呼吸リハビリテーションについて紹介します。「呼吸」は人間が生きていく上で重要な機能です。呼吸器の病気で「呼吸」が障害されると、私たちの体は酸素を取り込むことができず、動作時の息切れや、重篤になると生命に関わる程の大きな影響を受けます。

呼吸器疾患には慢性疾患と急性疾患があり、症状に合わせて呼吸リハビリテーションを実施していきます。当院では、慢性疾患では最近TVで啓発CMが流れているCOPD（慢性閉塞性肺疾患：タバコなどが原因で気管や肺に炎症が起こり、空気の通り道が狭くなる病気）や肺線維症（肺が硬くなる）の患者さん、急性疾患では非常に重い肺炎などの急な病気や肺損傷により集中治療室（ICU）で人工呼吸器を装着している患者さんまで幅広く実施しています。

慢性疾患では、下肢の筋力強化や効率の良い呼吸方法の獲得、呼吸に合わせた動作の獲得を中心に行い、息切れの軽減、自宅退院後のリハビリ継続を目標に実施しています。急性疾患では、痰が多い場合は姿勢を変えたり、呼吸を介助することで痰を出しやすくし、できるだけ早期より寝ている状態から安全に座ったり、立ったりすることで、呼吸機能、運動機能の改善を目指します。また、外科の手術を受ける場合に、手術前から呼吸方法などの術前指導も行っており、術後も早期からリハビリを再開してスムーズに自宅退院できるように取り組んでいます。



外科の手術を受けるとき手術前から呼吸練習を行います。呼吸方法を獲得し、肺の中にたくさん空気を入れることができるように練習します。



酸素の取り込みが不十分な場合、鼻のチューブから酸素を吸いながら動作練習をします。



人工呼吸器を装着した状態でも、可能であれば筋力回復、歩く練習などを継続していきます。