

あるリハビリ患者さんを診て思った事 『リハビリの価値』

当院の「総合リハビリテーションセンター」では、関係医師と、約百名の理学療法士、作業療法士、言語聴覚療法士、事務系のスタッフの指導のもと、様々な病気や外傷後の人が機能（回復）訓練を行っています。脳性麻痺、骨折後の歩行障害・関節拘縮、脳血管障害後遺症、脊髄損傷、脊椎・関節障害、スポーツによる損傷・障害、神経内科疾患、病後・加齢による筋力低下など。さらに知能、発達、高次脳機能、呼吸、嚥下、言語、心臓などの障害に関する訓練も行われており、みなさんそれぞれ毎日一生懸命に頑張っています。

その中でも脳血管障害による片麻痺と骨粗鬆症を基盤とする骨折に関連するものの運動療法が多いです。

人間が『健康』に生きて行く為には、食事（栄養）と睡眠（休養）が必要なものと同等に、体を動かす事（運動）が大切と言われています。「運動」も必要とされるからやるのではなく、楽しく充実感を持って体を動かしたい、できればレクリエーションやスポーツを楽しみたいと思います。

その『運動』が自分の思うようにできなくなる、体の動きが損なわれる、四肢が不自由になる・・・

そうなった時は治療として薬や、手術や、リハビリなどが必要になります。薬や手術は「受動的」なもの、とすれば「リハビリ」はある意味で『能動的』なものと言えます。その「成果」はその人の努力や気持ちにかなり左右されると思います。『気持ち』には、集中力、根気のほかに（ある患者さんを見て）「希望」や「感謝」や「祈り」や「態度」なども入ってくるのではないかと感じました。事実、「痛みの軽減」や「筋力の発揮」には気持ちに影響する事は科学的にも言われています。

その「気持ち」を大切にして、患者さんと各療法士が二人三脚で訓練に努力できるように場にしたい、と考えています・・・

病気やケガで、自分の好きなように自由に動けない。自分の思うような意思疎通や心の表現までができない。治療を受けても、リハビリを続けてもなかなか容易に

は良くならない。気持ちが落ち込んでいく・・・そして、(ちよつと大げさかも知れませんが)自分の障害に対する不安や苦悩に挫けそうになった時、そんなときはどうしたら良いか・・・

ある精神科医が、苦しい状況下で「絶望」が頭に浮かんで離れない時、それでも人間が「生きて行く」意味、『人生の価値』として「体験」「創造」「態度」というものをあげています。

「体験価値」とは、春になったら名所の満開の桜を見る、目に入れてもいい孫を抱っこする、どうしても逢いたかった好きな人に会って話しをする、念願の旅に出て絶景・美味に逢う、甲子園の決勝戦を応援して涙が流れる・・・

「創造価値」とは、数年後に実をつける木の苗を植える、想い出の風景を何日もかけて絵にする、社会に貢献できる仕事を少しずつ進める、自分の技術を後輩につなぐ、(小百合さんが)広島・長崎・福島の詩を読み聞かせ、想いを伝える・・・

「態度価値」とは、行く手にゴミが落ちていたら必ず拾う、おなががすいても疲れていてもマイナス思考の言葉を吐かない、自分を心配してくれる人には(苦しくても、悲しくても)笑顔で返す、(健さんのように)スタッフが仕事しているときは自分もけっして椅子に座らない、不眠でも不安でも不満でも自分から挨拶する・・・これらの一つ一つ、あるいは自分にできるどれか一つでも想像すると少し勇気が湧いてくる・・・

リハビリをする、続けるという事は、今までとは違った経験したことのない現実をいろいろ「体験」する事であり、くり返し、繰り返し練習し、徐々に負荷をあげていき自分にできる事を少しずつ、「創造」して行く事であり、思うように進まなくても、あるいは加齢や進行性で徐々に悪くなってもその「態度」は変えず、前向きに、良くなるんだと望み抱え、努力を続ける事かも知れません・・・リハビリには気持ちと態度が大切だと、その事を総合リハビリテーションセンターで、何人かの人に教えられました。

全ての人が、良くなろうと強く期待を持ってリハビリをしています。それでも重篤な障害が残ってしまった人、難しい病気で良くなれない人、進行性でわずかずつ悪化している人・・・そんな人達が、明るく挨拶してくれる、良い表情をしてくれる。自然と気持ちが態度に出る・・・ただ頭が下がる。心から、暖かい言葉を、少しでも勇気を与えられる言葉をかけられるようになりたい。そうならなければ、

と、ずっと思っている……

参考文献

夜と霧

フランクフル

きみたちと現代

宮田 光雄

第二楽章 福島への思い

吉永 小百合編

「高倉健」という生き方

谷 育代

釜ヶ崎と福音

本田 哲郎

ぼくのお姉さん

丘 修三

アルジャーノンに花束を

ダニエル・キース

以智悟第八号「人が想う事」

澤山 星一

平成二十八年五月十四日 第一校

平成二十九年十月十八日 改訂 第二校