

風車

(かざぐるま)



～万葉テラスだより～

令和4年7月 第63号

暑い日が続く季節となりました。皆様いかがお過ごしですか。6月に万葉テラスで行ったイベントの紹介と、理学療法士による「腰部脊柱管狭窄症について」を掲載しております。ご参考にしていただければ幸いです。

～イベント紹介～

6月17日(金)に誕生日会を行いました。まず、レクリエーションの時にやっている体操と歌体操をしました。その後で、利用者様の紹介と誕生日プレゼントの贈呈・写真撮影をしました。そして『Happy Birthday To You』を利用者様皆様で歌いお祝いをしました。

6月は、日本で初めてボウリングが行われたということもあり、その記念月にちなんで4Aフロアでは、ボウリングゲームをしました。L字型に切り取った段ボールにピンを置き、青色の袋で覆いました。正面には、カエルやてるてる坊主の絵を貼り付けました。利用者様にカラーボールを転がしたり、投げたりしながら倒していただきました。「次、あの的を狙うわ」「上手いこと倒れるかな」等と言いながら、ボールの行方と共にピンの倒れ方にも注目されていました。ボールが軽かったのか、残念ながら倒れるピンはほとんどなかったようです。



4Iフロアでは、おやつレクを行いました。色んな種類のおやつをお皿に盛り付けて、各テーブルに置き皆様に食べていただきました。利用者様からは用意されたおやつを食べながら「美味しいわ」「久しぶりにこんな食べたわ」と喜んでおられました。皆様目の前にお菓子類を眺めている時の表情は良く、さらにお菓子を食べた後はより笑顔で満ち溢れ、心も胃袋も満たされた様子でした。

最後に、両フロア共に短い時間ではありましたが、笑いもあり和やかな雰囲気、利用者様には大いに楽しんでいただけたのではないのでしょうか。

●お知らせ●

当施設では、新型コロナウイルス感染症の予防対策として、対面での面会を禁止とさせていただいておりましたが、感染状況と予防接種の進捗状況などを鑑みて、対面面会を再開いたします。

面会時間等の制限がございますので、当施設事務所にてご確認ください。

尚、今まで通りのリモート面会も継続中です。

ただし、今後の感染状況によっては急遽、対面面会が中止となる場合がございますのでご了承ください。

腰部脊柱管狭窄症について

1. 概論

脊柱管が狭くなり中に存在する馬尾・神経根が慢性的に締め付けられて神経症状が生じた状態の総称

2. 原因

①先天性(発育性)脊柱管狭窄：脊柱管が正常より狭く成長したもの

②後天性脊柱管狭窄症



a. 変性脊柱管狭窄症

*変形性脊椎症：椎体の辺縁と椎間関節に顕著な骨棘(こっきょく：骨のトゲ)が多椎にわたって生じた状態
高齢の男性・特に腰に負担のかかる労働に長く従事していた人に、より著しい。退行変性によってもたらされる椎間板と椎間関節の不安定性に対する加齢的、生理的防衛反応

*変性すべり症：加齢とともに腰椎の椎間板と椎間関節の退行変性が進み、不安定性が増した事で生じる
45歳以上の女性に多い

b. 合併狭窄：先天性脊柱管狭窄と変性脊柱管狭窄が合併したり、変性脊柱管狭窄に椎間板ヘルニアが合併したりする場合をいい、比較的多い

c. 医原性脊柱管狭窄：腰椎疾患に対しかつて受けた椎弓切除や脊椎後方固定術のあとに脊柱管が狭窄したもの

d. 外傷後の脊柱管狭窄

3. 症状

歩いているうちに足先から上行する下肢の痺れが出現し、歩けなくなる。椅子に腰掛ける・しゃがみこんで数分休むと、痺れは急速に消退し再び歩けるようになる。

腰椎椎間板ヘルニアが合併していれば、放散性の下肢痛を訴える。

4. 治療

①コルセットを装着し、日常生活を送る。

→約1~2ヵ月後に症状は軽減の傾向を示す。

②手術的治療：脊柱管の側方部を十分に除圧する広範椎弓切除術または両側の開窓術を行う。

<引用文献>

寺山 和雄他：標準整形外科学。医学書院。2000 p454-458

リハビリ室

理学療法士 松山 尚樹



医療法人

南風会

〒634-0832 奈良県橿原市五井町 247

介護老人保健施設 万葉テラス

Tel : 0744-26-2288 Fax : 0744-26-2277

入所 100 床 (全床認知症専門棟)

介護老人保健施設

万葉テラス