2020年11月24日発行

ほほえみ通信

vol.50
秋冬号

西宮協立デイケアセンター ほほえみ
西宮市津門呉羽町10-13
tel.0798-36-6780 fax.0798-36-6766

西宮協立デイケアセンター 第2ほほえみ
西宮市津門呉羽町9-10 1F
tel.0798-33-3501 fax.0798-33-3502

手・腕・肩の「運動メニューカード」をご用意しています。

普段の生活の中で肩や手の動かしにくさを感じたことはありませんか？ デイケアセンターほほえみ・第2ほほえみでは、「おひとりでも」「お家でも」リハビリができるように、さまざまな工夫をしています。その工夫の1つが「手・腕・肩の運動メニューカード」です。

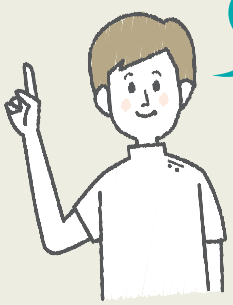
たとえば こんな運動メニューカード

たとえば、脳卒中などで肩や手の筋肉が固くなってしまった方に対して、**「ストレッチメニューカード」**があります。
デイケアに来られた時にだけリハビリに取り組んでいては、効果的とは言えません。こうした「運動メニューカード」をご自宅に持ち帰っていただき、おひとりでも正しいストレッチが行えるように、デイケアで指導させていただきます。継続的なリハビリのために、是非、活用してみてください。

手・腕・肩の 気になることがあれば

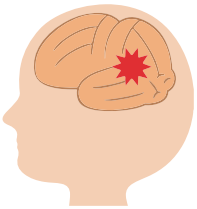
肩の痛みの原因が筋力低下によるものであることも考えられます。そうした場合には、適切な筋力トレーニングメニューをご紹介いたします。原因や症状は多様です。手や腕・肩のことで気になることがありましたら、どうぞお気軽にスタッフまでお声かけください。

お一人おひとりに合った
運動メニューをご提案！



言語聴覚士に聞いてみよう　シリーズ 高次脳機能障害②

「脱抑制」について



高次脳機能障害とは、脳卒中などの原因で大脳が部分的に損傷し、言語、思考、記憶、行為、学習、注意などの機能に障害が起こった状態のことです。高次脳機能障害にはさまざまな種類と症状があり、対応方法も異なります。今回は、高次脳機能障害の１つ**“ 脱抑制 ”**についてご紹介します。

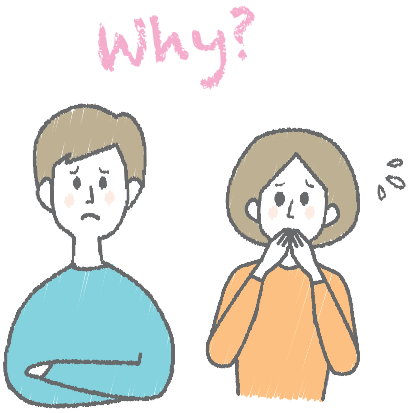
実はそれ、脱抑制のサインです。

病気をする前と比べて……

「怒りっぽくなった」

「暴力的になった気がする」

「我慢ができないことが増えた」



このような症状は脱抑制のサインです。
病気以前と同じような行動がむずかしくなります。

言語聴覚士｜田山 幸子

病前と比べて「怒りっぽくなった」「暴力的になった」「我慢ができなくなった」などの症状が出ることがあります。このような感情表現や行動の変化も高次脳機能障害の症状の一つと考えられます。これは、脳（主に前頭葉）の損傷によって感情や行動の調整がききにくくなったために起こる症状です。

ご本人との関わり方を見つめ直してみましょう。

家族や周りの人が本人の感情や行動をコントロールすることはとても困難です。「怒り出す」「暴力をふるう」「我慢できずに行動してしまう」などの言動には何か理由があります。その理由を把握し、一人で落ち着ける場所や穏やかに過ごせる場所など環境を整えて、本人にとって心地よく過ごせるように関わっていきましょう。また、イライラを溜め込まないこと、イライラした時はリラックスできる作業へ切り替えるようにすると良いでしょう。