脳性麻痺の二次障害(人工股関節手術)について　№３

平井　誠一

デイサービス利用は３ヶ月間で終わり11月からは自宅の風呂でシャワー浴を週２回してきました。自宅の風呂は40㎝の段差を上って脱衣場があり、その先に洗い場があり、洗い場の横に埋め込み式の浴槽があります。デイサービスの利用は人工関節を入れたばかりの私にとって、術後の身体の清潔さを保つ事と体力や筋力を付けるために大事な時期だったと思います。脱臼を防ぐために必要でした。デイサービスでは座って浴槽に入る機械浴でしたが、足を伸ばして浴槽に入るのですが、足を伸ばすと筋緊張が出るために自分で足の動きを制御することは難しく、脱臼をもたらす可能性があったのでシャワー浴で対応してもらいました。夏だったので、それでよかったと思っています。デイサービスでは、パソコンや携帯電話を持ち込んで仕事もさせてもらいました。研修等がある時は午後から出掛けて行かせてもらいました。11月からは家でヘルパーさんに来てもらってシャワーを浴びることにしました。家の風呂は段差を40㎝上らないといけないのですが、これは割と簡単にできました。20㎝の踏み台を置いて上ることができました。問題は埋め込み式の浴槽に入る手段でした。術前は手すりを利用してつかまり立ちして降りていきました。二次障害が出る前は這って浴槽に入れましたが、17年前に二次障害で頸椎の手術をしてから這って移動することが出来なくなりました。手に力が入らないのと体幹の維持が難しくなりました。転がると一人で起きあがることが出来なくなったのです。それは今も同じです。

訪問リハビリは、退院後から週２回、１回40分で続けています。あとは毎日自主トレーニングを続けてきました。脱臼のリスクを防ぐため人工関節を入れたところに筋力を付けていくしかありません。段差昇降と家で簡易平行棒を作って前向き歩きと横歩き、ストレッチ、足踏み、長く立っていること、横歩きで段差を上ること等を続けて来ました。ここでの課題は体力作りと筋力作りでした。浴槽の出入りができるだけの体力と筋力が必要だからです。２番目の課題は脳性麻痺の筋緊張をどのようにできるかでした。結論からいえば、人工関節の手術でそれまでの痛みがなくなり足に力が入るようになりました。そのことにより筋緊張や痛みも減っていきました。全くないとはいえませんが、術前より足に力が入り立ち上がり立っていること、手すりに繋がって歩くことは安定しています。痛みは少し動きすぎたり、リハビリを少しやり過ぎたりしたときに少し感じるくらいです。風呂に手すりを追加しました。以前の手すりは60㎝の高さで中腰になっていたのですが、今は80㎝にしました。高い位置に手すりが付くことで安定した身体の状態が保て負担も少なくなりました。3番目の課題は

人工関節を入れたことによって取ってはいけない姿勢があります。また低い椅子に座ると立てなくなるのでトイレの便器の高さには気を付けています。足の内転防止にも気を付けています。寝ているときも同様です。退院後初めて浴槽に入った時は気持ちがよかったです。ちなみに浴槽の手すりを追加した費用は14万円少々かかりました。介護保険利用で１割が自己負担です。浴槽の中の内転防止装具はありませんが、それに代わるベルトを探しました。濡れてもいいもの、伸び縮みして丸裸で利用できて安全を保てるものを探しました。福祉用品ではありませんでした。（次号に続く）

講演会＜令和6年能登半島地震から考える視覚障害者の防災＞

～当事者からの報告～

会　場：富山県民会館　704号室
月　日：2025年3月2日（日）
時　間：13時～15時
内　容：講演会と意見交換会
講演者：林　由美子さん（視覚障害）
「あうわ」視覚障害者の働くを考える会　代表

◆プロフィール
林　由美子（はやし　ゆみこ）
1963（昭和38）年、大阪府大阪市生まれ。高校1年生のときから石川県在住。
高校を卒業し、信用金庫に3年間勤務後、大手ソフトウェア関連会社にシステムエンジニアとして転職。2006（平成18）年に視覚障害者手帳5級、2008年に1級を取得。見えにくくなったことでソフトウェア関連会社を退職し石川県立盲学校理療科で鍼灸マッサージを学ぶ。2011年はり、きゅう、あん摩マッサージ指圧師の国家資格取得。2012年金沢市で「レディース鍼灸院織歩」開業。2017年『「あうわ」視覚障害者の働くを考える会』設立。ラジオかなざわ「視覚障害ラジオステーション」パーソナリティー。共著に『「どうしよう」から十年おりーぶさんが見つめる未来!!』（Kindle版、「あうわ」視覚障害者の働くを考える会刊）。

「のとの風写真パネル展」ということで、能登の福祉施設等の被災を受けられたところの記録写真も会場で展示する予定です。