

# 作業療法とは

作業療法(OT:OccupationalTherapist)は、食事や排泄, 更衣, 入浴など身の回りの動作から、炊事や掃除, 洗濯, 買い物, 育児といった日常の生活全般における行為や、仕事・趣味など人が行う全ての行為(作業)を、患者さんの疾患や症状に合わせてプログラムを組み、リハビリテーションを行います。患者さんはそれぞれ生活の中でやりたいことがたくさんあるのではないのでしょうか? 趣味であったり、育児であったりとその人によって生活の中での動作は異なります。個人に合わせた練習が必要であり、マンツーマンで個別に対応しています。その訓練内容は関節を動かす練習や筋力を強化する練習の他、日常生活の中で困難な動作の練習、症状に合わせた自助具の提案、手指変形に対するスプリント(手指用装具)の作製などを行います。

## 自助具

自助具とは、日常生活の中で身体構造上の理由から、困難となる動作を自分自身で行えるように補助する道具のことを言います。当院では作業療法士が自助具の提案および作製を手がけています。以下に自助具の一部をご紹介します。



リーチャー

関節の動きが不十分で手が届かない時などに使用します。



長柄ブラシ

頭に手が届かない時などに使用します。ペットボトルのキャップが硬くて開かない際に使用します



ボトルオープナー



台付き爪切り

手先に力が入りづらい際に、楽に爪切りができるように工夫しています。



ボタンエイド

変形などによってボタン把持が困難な際に使用します。



ソックスエイド

股関節の動きが不十分で足先が手が届かない時などに使用します。

## 生活動作練習(自助具を使用)

自宅に退院してからの生活を想定して、自身の身体機能では難しい場合には自助具を使用する方法もあります。少しでもやりやすい動作で自助具を活用することによって手指の変形予防することや関節への負担を軽減することが可能となります。



L字型の包丁を使用して実際に野菜をカットしながら動作指導をしています。



スプレー缶のボタンの上に硬めのスポンジ(黄色)を貼ることで変形していてもボタンが押しやすくなります。

## スプリント(手指用装具)

手指変形の進行抑制や変形予防の目的で手指の装具(スプリント)作製をしています。スプリントは変形の状態に合わせて、柔らかい素材や硬い素材を使い分けて作製しています。以下にスプリントの一部を紹介します。



ボタンホール変形に対するスプリント  
a: 装着前 b: 装着後



尺側変位変形に対するスプリント  
a: 装着前 b: 装着後背面 c: 装着後手掌面

## スプリントの効果

スプリントは変形を予防するだけではありません。少しでもやりやすい動作を増やすことも可能なのです。そんな一例をご紹介します。



親指にスプリントを装着することで、縫い針が持てるようになりました。



退院された患者さまから手縫いのクリスマスリースを贈って頂きました。