

# 老んが 作業療法物語

## ～脳梗塞編～



生活に寄り添い、生活の質を向上させるために

Aさんは夫と二人暮らしの60代の専業主婦です。



ある日、右手に痺れと脱力感を感じ  
その場に倒れ込んでしまいました。



Aさんは近くの救急病院へ  
搬送されました。

診察の結果、医師から脳梗塞と診断され、入院生活が始まりました。



入院当初は右半身に  
マヒが残り、身体を思うように  
動かすことができず、  
何をすることも介助が  
必要な状態でしたが



できる限り身体の  
機能が回復するように、  
入院してすぐから、  
積極的に歩く練習や  
機能訓練を  
おこなっていきました。



また家庭復帰に向けた  
食事・入浴・  
更衣・排泄などの



日常生活に必要な動作を  
作業療法士と一緒に  
練習して  
いきました。



家庭復帰に向けた練習は  
順調に進み、自分で行えることも  
徐々に増えていきました。

料理も以前のように  
作れるようになるかしら…



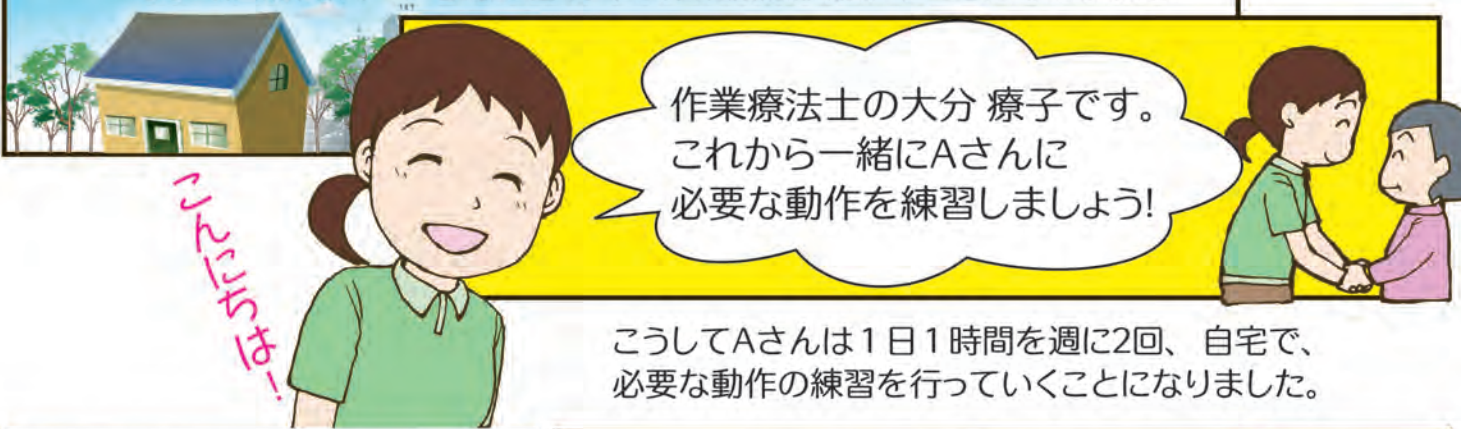
わかりました  
調理の練習も  
していきましょう

右半身に重度のマヒは残りましたが、約半年の入院生活も順調に経過し、退院の日が近づいたのですが…



病院で獲得した動作がそのまま自宅で行えない方もいます。  
自宅で継続して練習することが社会参加を早めることにつながります。

そして退院後は、Aさんの自宅での作業療法が始まることになりました



まずはじめに、療子さんは病院で獲得した入浴や歩くなどの日常生活で必要になる動作が自宅でも、ちゃんと行えるかどうか、Aさんと確認していきました。

### 『入浴動作のチェック』



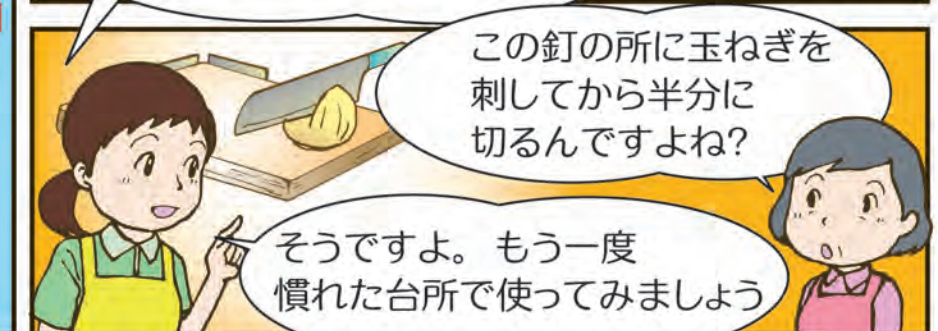
### 『階段の昇り降りのチェック』



そして、調理の練習を行う日がおとずれました。

夫が好きな肉じゃがを作れるようになりたいんです

わかりました！





あらっ  
上手くできないわ

焦らずに、  
少しずつ練習して  
いきましょうね

半分にした玉ねぎのヘタを  
釘に刺して皮をむいて…

釘に刺したまま  
切るんです

この調子でかたよー



今日はおにぎりを  
作ってみましょう



こういう容器に  
ご飯と具を入れて

ふたでしっかりと  
押さえて…

海苔を敷いて真ん中  
におにぎりを置いて、  
海苔を巻いていくんです



では、千切りをやってみましょう!  
そういうキャベツが一番良いんです

まずは等分にカットして

あ、そういえば  
療子さんに言われたとおり、  
重くて硬いキャベツを  
を選んで買ってきましたよ

濡れ布巾の上に置いたスライサーで  
スライスしていけば出来上がり!

もちろん料理を作るだけではなく、自宅の台所を使ったご飯の準備や片づけの仕方でも練習していきました。

台布巾を絞るときは、濡らした台拭きを蛇口にかけて絞ることで片手でも絞ることができました



ご飯を運ぶときには、片手でお盆を握って食卓まで料理を運ぶことができました

作りすぎておかずが余ったときには、滑り止めシートを用いて簡単にラップをかけることができました



うれしいわ…!

いろいろ工夫すれば、以前のように、夫に料理を作ってあげられるようになるわね

作業療法では、残された能力を最大限に発揮する環境を整えながら、やりがいや生きがいのある目標を達成するお手伝いをします。

料理をすることが好きだった A さんの場合、再び夫のために手料理をつくれるようになるということが



自信を取り戻すきっかけとなり、生活の色々なことがどんどん上達していきました。

やっぱりうちの奥さんの手料理は最高だな!

もちろん料理の味付けは…

私のより A さんのほうが美味しい!!

おわり