

# 脳卒中リハビリテーション 認定看護師の活動について

脳卒中リハビリテーション認定看護師 5階北病棟 折口 智美

脳卒中リハビリテーション認定看護師を取得し6年目となりました。その間、当院では2年前に回復期リハビリテーション病棟が立ちあがりました。

私は現在、回復期リハビリテーション病棟で勤務しています。脳卒中は突然発病し、機能障害を残す病気です。また基礎疾患（高血圧、糖尿病、高脂質異常症）や生活習慣（偏った食事、運動不足、喫煙、多量飲酒）などの要因が重なり発症します。

脳卒中を起こしてもRe（再び）Habillis（適した）＝リハビリテーションで機能は回復します。脳卒中リハビリテーション看護は、患者や家族が安心して闘病し、社会復帰を果たすことができるよう病棟スタッフと共に日常生活支援を目標としています。また再発予防では基礎疾患管理や生活習慣を見直し健康認識が高められるよう取り組んでいます。

## 活動内容

### 1. 生活にそったリハビリ看護

脳卒中という病態は、さまざまな障害を残します。意識障害（意識の低下）運動麻痺（片麻痺）、言語障害（言葉が話せないまたはわからない）、感覚障害（しびれ）、高次脳機能障害などが主な症状として残ります。

しかし、リハビリテーションで機能を回復させることは可能です。私は、色々な患者さんご家族に出会いました。病棟では笑顔や時には涙を流しながら懸命にリハビリをされている姿やご家族の熱心な面会にいつも元気をもらっています。私は退院後の生活を予測し、患者さんご家族の希望にそった日常生活の拡大にむけた支援が必要であると思っています。病棟看護師とリハビリのスタッフと共に患者さんの日常生活行動の拡大支援をこれからも続けていきます。



回復期リハビリテーション病棟の様子



### 2. リハビリテーション栄養

リハビリテーションが有効に行われるためには、「リハ栄養」が重要なカギとなります。元気な体を作るためには、まず身体の栄養を整えなければなりません。身長、体重推移、食事内容・食事量、基礎代謝（生命維持のために必要な生理・代謝機能に必要なエネルギー）を観察します。そして、リハビリのスタッフにリハビリ内容を確認し活動量を測定します。患者さまの活動量（基礎代謝と日常生活動作とリハビリの訓練）にあった栄養が提供できているか他職種と話し合いながらリハビリが有効に行えるよう「リハ栄養」に取り組んでいます。

### 3. 脳卒中の再発予防

脳卒中は我が国における死亡順位の第4位です。また介護を必要とする順位の第1位です。脳卒中は再発しやすい病気で再発すると重症化しやすくなります。まず基礎疾患の管理（自己血圧測定、内服の継続、規則正しい生活など）と今までの生活習慣を見直し改善できるような患者さんと考えていきたいと思っています。