



◀特集▶回復期リハビリテーション病棟から | P2・3

## CONTENTS

【特集】WILMO	2・3
くすりのお話	4
がくさいキッチン	5
外来診療案内	6



## 特集

Special edition

◀回復期リハビリテーション病棟から▶

### 麻痺した手指の機能改善に威力発揮！

## WILMO 随意運動介助型電気刺激装置

今回は、リハビリテーション治療機器の一つ「WILMO」をご紹介します。随意運動介助型電気刺激装置と呼ばれるこの機器は、脳卒中片麻痺などで動かしにくくなった上肢（腕、手指など）の機能を回復させるため、患者さん自身の力を電気でアシスト（介助）するものです。アシストによって物をつかむなどの動作が容易になり、繰り返し訓練することで、上肢の機能改善が図れるようになります。

自主訓練の時間増加で早期回復も！

## いつでもどこでも使えるコンパクトサイズ

### 自宅での機能訓練にも

WILMOは、患者さんの麻痺した筋肉が収縮する際に流れる微弱な電流を感知し、電気刺激を筋肉に返すことができます。これにより、患者さんは手指・手関節が動かしやすくなり、ご自宅でもWILMOを装着したままで、ドアの開閉や食事の動作を普段通りに行えば、麻痺した上肢の使用頻度増加につながります。

### 小型! 軽量! 簡単!

従来の電気刺激装置は、サイズがやや大きいために使用場面が限られ、使い勝手も良くないとの声がありました。これに対し、WILMOは、新技術によって袖口に収まる小型化を

実現。腕時計感覚で使い続けることができます。本体重量は約55gと軽量で、長時間の装着も可能です。また、操作ボタンを3つに絞ったシンプル設計で、誰でも簡単に扱えます。

機器本体、電極、電極ケーブルが動作を干渉しないため、装着した状態で日常生活動作（ADL）を行うことができ、当院ではリハビリ時間以外の病棟（入院）生活でも、スタッフの指導のもと、患者さんにWILMOを使ってもらっています。

### 自主トレの強い味方

医療スタッフが直接患者さんに関わる診療時間は限られており、当院では、患者さんの動作能力向上のため、病棟生活の中に自主訓練を



WILMOを使ったリハビリの様子(イメージ)

導入しています。さらに、いつでもどこでも使用できるWILMOの特性を生かすことで、患者さんの自主訓練効果はさらに高まり、早期回復が実現するものと期待されています。

当院の回復期リハビリテーション病棟では、WILMOを用いた研究活動も行っています。対象となる脳卒中の患者さんに1日8時間、WILMOを装着してもらい、1カ月間の病棟生活での経過を記録しています。1日3時間のリハビリテーション治療に、病棟生活での自主トレーニングを加えて、麻痺側上肢の使用を促すことで、どのくらいの治療効果が出るか、研究データを蓄積しています。



腕時計感覚! おしゃれなデザイン



【第9回】くすりについて知ろう！

簡易懸濁法

「簡易懸濁法」をご存知ですか？ 胃ろう（腸ろう）や経鼻チューブを使用して  
いる方へのお薬の投与方法で、錠剤を粉碎したり、カプセルを外したりせず、お薬  
をそのまま約55℃のお湯に入れ、崩壊、懸濁させて（溶かして）投与します。

メリット

- 服用前にお薬の確認ができる。
- お薬を粉碎することで起こるお薬の変化や効果の低下を防げる。
- お薬の飛散を防げるので、お薬を吸い込む心配が減る。

方法

【用意するもの】

- ・お薬
- ・小さな容器
- ・かき混ぜるもの（はし、スプーンなど）
- ・注入器
- ・約55℃のお湯 50～100ml

- ① 容器や注入器は毎回洗浄、乾燥させ、清潔に保ちましょう。

- ① 容器にお薬を入れ、約55℃のお湯を約20ml入れます。お薬が多い、粉薬がある場合はお湯の量を増やします。
- ② 約10分間放置し、容器に大きなかたまりがなく、温度も人肌程度になったら、かき混ぜて懸濁液をつくります。
- ③ 注入器で吸って投与します。固形分があれば一緒に吸い取ります。
- ④ 容器に残った薬をすべて投与するため、残っているお湯を20ml以上入れて注入器で吸い再投与します。（チューブに残ったお薬を投与する目的もあります）



①お湯をそそぐ ②10分間放置した後



かき混ぜた後の懸濁液

- 切り干し大根……………1袋
- ツナ缶詰(小)……………1缶
- コーン水煮缶……………1缶
- 梅肉チューブ……………小さじ1杯
- ※容器を使用せず、注入器にそのままお薬とお湯を大匙お薬を崩壊、懸濁させ大匙2杯投与する方法もあります。
- 薄口醤油……………小さじ1/2杯

コーティングされたお薬の中には、溶けるのに時間がかかったり、溶けにくいものがあり、その場合は、お薬を叩いて亀裂を入れてからお湯に溶かすことがあります。また、徐放性のあるお薬（お薬が長時間作用するよう徐々に溶け出す構造のもの）など、簡易懸濁法に適さないお薬もあります。ご自身のお薬が簡易懸濁法に適しているか必ず確認してください。

「おくすり手帳」を活用しましょう！

おくすりの重複投与やのみ合わせ、アレルギー歴、副作用などの確認ができて、安全な服薬につながります。また、入院時や旅先、災害時など、どのような薬を使っているかを確認することができますので安心です。



約55℃のお湯の作り方

電気ポットのお湯（90～98℃）と水を2：1で混ぜると約55℃のお湯ができます。また、60℃に設定できる電気ポットがあれば、便利です。

★水道水を使用してください！

（ミネラルウォーターや井戸水は含まれているミネラルの影響でお薬がうまく溶けない場合があります）



がくさいキッチン



【1人あたりの栄養価】

エネルギー 72kcal  
たんぱく質 2.6g  
食塩相当量 0g

調理時間 10分

※冷蔵庫で固める時間は除く

材料(4人分)

- 無調整豆乳 200ml
- 純ココア 大さじ2
- マシュマロ 50g
- お好みの飾り付け

作り方

- ① 材料を全て鍋に入れ、火をかける。混ぜながら、マシュマロが溶けるまで加熱する。
- ② 容器に4等分に流し、冷蔵庫で冷やし固める。
- ③ お好みでホイップ、チョコソース、果物などを飾り付ける。



ヘルシー要素いっぱいの「豆乳」

豆乳は豆腐をつくる過程でできるおからを取り除いたあとの液体です。牛乳より低エネルギーで低脂質、低糖質、コレステロールを含まず、とってもヘルシーな豆乳。主成分は植物性タンパク質で、吸収速度が穏やかなため、満腹感を持続させることができます。他にも、レシチン（血管の健康保持）、イソフラボン（骨の健康維持）、サボニン（中性脂肪の吸収抑制）、オリゴ糖（腸内環境を整える効果）が含まれています。



栄養のおはなし

外来診療案内

2023年4月～

【受付時間】 平 日：午前8時30分～11時00分（**整形外科は完全予約制**）  
午後1時00分～ 3時30分（運動器リハビリテーション診療：午後4時まで）  
土曜日：午前8時30分～11時30分  
【診療時間】 午前 9時～／午後 1時30分～

整形外科 完全予約制

	月	火	水	木	金	土
初診	菅（※1）	小牧	菅（※1） （第1・3・5週） （紹介予約のみ）	日野	上島	
	日野（※2） （第2・4週） （紹介予約のみ）					
再診（予約含）	上島	久保 （第2週）	菅 スポーツ整形 （第1・3・5週）	菅 スポーツ整形	手術日	
	日野 スポーツ整形	手術日	日野 スポーツ整形 （第2・4週）	小牧 スポーツ整形		
再診（予約制）	上島		手術日	手術日	菅	手術日
	日野	小牧			大塚	

整形外科は4月より完全予約制となります。  
受付窓口または下記への電話にてご予約をお願いします。

【整形外科 診察予約 電話番号】

- 当院を初めて受診される方  
075-754-7111（祝祭日を除く月～金 午前9時～午後4時）  
※現在通院中でも他の症状で診察を希望される方は、こちらへお願いします。
- 再診専用予約ダイヤル  
075-754-6070（祝祭日を除く月～金 午後2時～4時）

※1 菅副院長の初診について

- ◎脊椎（頸部・腰部）以外の診察を優先させていただきます。
- ◎月曜日…紹介医療機関からの方を優先させていただきます。  
待ち時間によっては、別の医師が担当する場合がございます。
- ◎水曜日…紹介医療機関から手術目的の方を診察させていただきます。

※2 日野部長の初診について

- ◎水曜日…紹介医療機関から手術目的の方を診察させていただきます。

内科

	月	火	水	木	金	土
午前 初診		森	小牟禮			
午後 再診		（第2・4週）	（第2・4週） （紹介予約のみ）			

リハビリテーション科

	月	火	水	木	金	土
午前 初診					三上	
午後 再診				担当医		

皮膚科

	月	火	水	木	金	土
午後 初診			浅井			
午後 再診			（第1・3・5週）			

※第1・3・5週（第2・4週は休診）

運動器リハビリテーション診療 完全予約制

	月	火	水	木	金	土
午前 再診	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
午後 再診	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医

【担当医紹介】

整形外科	名前	職名	所属
上島 圭一郎	病院長	京都府立医科大学 臨床教授 / 日本整形外科学会 学術理事 日本整形外科学会 専門医・指導医 / 日本リハビリテーション医学会 専門医	
菅 寛之	副院長	京都府立医科大学 客員講師 / 日本整形外科学会 専門医・指導医 日本整形外科学会 専門医・指導医 / 日本リハビリテーション医学会 認定医 日本人工関節学会 認定医 / 日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者	
日野 学	整形外科部長	日本整形外科学会 専門医・指導医・認定スポーツ医 日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者 / 日本人工関節学会 認定医	
小牧 伸太郎	スポーツ整形科部長	日本整形外科学会 専門医・認定スポーツ医・認定運動器リハビリテーション医 日本人工関節学会 公認スポーツ指導者	
大塚 健太郎	常勤医師	日本整形外科学会 会員	
（予約診察）久保 俊一	所長	京都府立医科大学 特任教授 / 日本整形外科学会 理事 / 日本リハビリテーション医学会 理事 日本整形外科学会 専門医・指導医 / 日本リハビリテーション医学会 専門医・指導医	
（予約診察）原 邦夫	非常勤医師	京都府立医科大学 特任教授 / 日本整形外科学会 専門医 日本人工関節学会 公認スポーツ指導者	

リハビリテーション科【常勤医師は病棟専従のため、外来担当はありません】

名前	職名	所属
前田 博士	部長	京都府立医科大学 臨床准教授 / 日本リハビリテーション医学会 専門医・指導医 日本摂食嚥下リハビリテーション学会 認定士 / 義肢装具適合判定医師
木村 洋輝	常勤医師	日本リハビリテーション医学会 会員
藤沢 優美	常勤医師	日本リハビリテーション医学会 会員
三上 靖夫	非常勤医師	京都府立医科大学 リハビリテーション医学教室 教授 / 日本リハビリテーション医学会 専門医・指導医
沢田 光忠郎	非常勤医師	京都府立医科大学 リハビリテーション医学教室 / 日本リハビリテーション医学会 専門医・指導医

麻酔科

加藤 祐子 部長 日本麻酔科学会 専門医・指導医

内科・循環器内科

森 洋一 理事長  
小牟禮 修 非常勤医師 日本内科学会認定内科医 / 日本神経学会専門医・指導医  
的場 弥生 非常勤医師 総合内科 専門医 / 日本循環器学会所属

皮膚科

浅井 純 非常勤医師 日本皮膚科学会 認定皮膚科専門医 / 皮膚悪性腫瘍指導専門医

ホームページ



一般財団法人 京都地域医療学際研究所 がくさい病院

〒604-8845 京都市中京区壬生東高田町1-9 TEL 075-754-7111(代)

http://www.gakusai-hp.or.jp

Facebook

