糖尿病の運動はお任せください！

訪問リハビリ

訪問リハビリって？

目的

1. より豊かな生活のため運動を介して利用者様を支える
2. 血糖・体重コントロールの改善を目指し、健康な身体へ

利用者様宅へ訪問させていただき、よりよい日常生活・健康な身体を目指すため、
実際の生活環境、ADLを評価し適切な運動の指導をさせていただくサービスです。

運動習慣の獲得

運動継続に向けて、生活習慣に合ったアドバイスを致します。

POINT 御本人様のお身体に合わせて

環境調整

運動が行いやすい環境調整

POINT 運動を強制させることはありません

練習や指導

身体に負担の少ない運動療法の練習や指導

POINT 無理のない範囲のプログラム

多疾患のリハビリ

糖尿病以外にも運動器、呼吸器、脳血管、廃用症候群など多疾患のリハビリが可能

一番のメリットは

- ☑ 訪問リハビリは週に2、3回関われるため、普段の全身状態や血糖値、食事、筋肉量などを把握でき利用者様の安心、安全につながります。
- ☑ 体組成計を使用し筋肉量や体脂肪率、推定骨量などを週単位で計測し把握します。
- ☑ それら情報を医師や栄養士と連携し、受診より短い間隔で利用者様に有益な情報提供が可能です。

ここが安心！3つの当院の特色

その1 専門資格保持

➡ 医師、看護師、管理栄養士、理学療法士が糖尿病の専門資格保持。
幅広い治療や情報提供が可能

その2 経験豊富なスタッフ

➡ 急性期～生活期まで経験豊富なスタッフが勤務

その3 地域と連携

➡ 他クリニックや病院、地域と連携し包括的な関わりをもって治療を行います。

お気軽にお電話ください！ ➡ TEL 075-823-8686

よくある質問

Q 糖尿病の運動って？

A 筋肉は糖を必要とします。運動により筋肉を使うことで血糖値の低下や血糖コントロールを改善できます。
血糖値の安定化により心筋梗塞や脳梗塞、網膜症などの合併症を予防できます。

Q 具体的にどんなことするの？

A 自宅の環境を利用した筋トレや有酸素運動。近隣への屋外歩行練習や段差昇降などの動作練習を行います。
糖尿病の進行具合により運動の強度や頻度は利用者様それぞれで異なりますので、糖尿病専門医の指示のもと状態に応じた運動を指導させていただきます。

Q 糖尿病でない人は利用できない？

A 利用できます。難病や整形、呼吸疾患をお持ちの方でも訪問リハビリをご利用されています。
（例）パーキンソン病、骨折や人工関節の術後、HOT利用中、その他に痛みや意欲低下にて日常生活に支障をきたしている方など。

Q どれぐらいの頻度、時間？

A 運動効果の継続を考えると週に２～３回、４０分～６０分が理想です。

Q 料金は？

A 保険内容や診察状況によって変化します。ケアマネやお近くの包括支援センター、もしくは当院までお尋ね下さい。
（例）要介護１で一割負担、４０分ご利用の場合：概ね１回600円～700円ほどです。

Q 家に一人ですけど利用可能ですか？

A 問題ありません。実際に一人暮らしの方々が多く利用されています。

高橋　有志

YouTube

プロフィール

● 保有資格
理学療法士、柔道整復師、日本糖尿病療養指導士

● 職歴
総合急性期病院、デイケア、整骨院、整形外科、訪問リハビリ、（非常勤）理学療法士養成校講師

● 活動
YouTube：糖尿病TVで検索（糖尿病の名称変更に向けて、運動療法や糖尿病についてのあれこれ）

お気軽にお電話ください！ ➡ TEL 075-823-8686