

本書ができるまで

はじめは2019年12月のとある集まりから...

Gakken x Free PT salon プロジェクト始動!



選抜された
約50名で
制作を開始

コロナ禍でー

制作はほとんど
オンラインで
やりとり



制作期間
約1.5年

Personal
Connections

非常勤講師
トレーナー
ヨガインストラクター

広報(PR)
病院

大学院
障がい者スポーツ指導員

専門分野が
意見を出し合った

サロンには
さまざまな分野で
活躍している人が
たくさん!

ピラティス
自費整体

ラグビートレーナー
アニマルフローインストラクター

自費整体
ダイエットアドバイザー

Youtube

人と人の
つながりによってできた一冊だからこそ

コネクションを大切にしたい!

本書のめざす先



自分のかかわる
領域を知る

スポーツ整形



働き方を考える

海外遠征
トレーナー
呼吸療法認定士



あまりかかわらない
領域を知る

AT
(サッカーJ1チーム)



大学病院
マタニティピラティス
障がい者スポーツ指導員



通所/訪問リハ
イラストレーター
NST専門療法士



- ・自分のキャリアに自信がもてない
- ・自分が何をしたいのかわからない

さまざまな分野の現場の声から
未来の自分をつくるヒントを
得てほしい!

さあ!
未来へのページを
めくろう!



目次 contents

Part 1

リハビリテーションに必要な知識とスキル

1 まず、押さえてたい基本

- 1 リハ職にとってのバイタルサインとは……鈴木啓太 012
- 2 リハ場面での問診、情報収集のコツ……鈴木啓太 014
- 3 リハ職の血液データの捉え方のポイント……境田淳平 017
- 4 筋力トレーニングに必要な栄養の知識—タンパク質を知ろう……渡辺慶輔 019
- 5 新人が知っておくべきリハ栄養の知識と実践……長島佳歩 022
- 6 治療薬の影響とリハ介入の注意点……境田淳平 026
- 7 知っておきたいリハでのリスク管理……佐々木翔平 028
- 8 X線画像の見方……甲斐紀章 031
- 9 脳のMRIの見方……関勝実 034

2 臨床の実際

- 1 関節可動域(ROM)制限の要因と介入の実際……越前谷友樹 038
- 2 筋力トレーニングの特性と実際……越前谷友樹 041
- 3 運動耐容能の基礎とアプローチ……竹岡広二 043
- 4 運動学習のイロハ……加藤諒大 046
- 5 運動制御と姿勢制御—地球上で生きる全人類に課せられた使命……原航海 048
- 6 姿勢分析のポイント—坐位・立位の特徴……越前谷友樹 051
- 7 「何か変」と気づくための動作分析……越前谷友樹 054
- 8 立ち上がり・着座動作のチェックポイント—どうすれば課題動作ができるのか最適解を探す……竹岡広二 056
- 9 最適なトランスファー—個人のトランスファースキルからシステムまで……竹岡広二 060
- 10 シンプルな力学モデルから紐解く歩行運動……越前谷友樹 064
- 11 歩行の神経システム—無意識プロセスへの介入……越前谷友樹 068
- 12 脳卒中患者の歩行分析に必要なこと……加藤諒大 071
- 13 「棟内歩行自立判断の困った」を解決する3つの手順—チーム医療の一員として……加藤諒大 075
- 14 歩行介助の基準とコツ……加藤諒大 079
- 15 「できるADL」と「しているADL」のギャップを減らし、QOL向上を目指すためのヒント……竹岡広二 082
- 16 全体像を把握しよう—予後予測と他職種連携につなげるために……今井健太 085
- 17 具体的で幅広く正確な目標設定に必要な3つのポイント……今井健太 088
- 18 福祉用具を正しく使うと武器になる……木村亜友美 091
- 19 ポジショニングは楽しい!……木村亜友美 094
- 20 車椅子のシーティングは患者の生活を豊かにする……渡邊敦由 097
- 21 運動療法でもう困らない—適切な運動を提供できるセラピストになる……山下裕太 100
- 22 患者の信頼を得る触診法……岡田直樹 103

3 もう一步深めたい知識

- 1 痛みと多方面から向き合う—多面的な評価の必要性……小峰知久 106
- 2 筋緊張異常とは何か……松井洸 110
- 3 脳の可塑性……岩淵翔一 112
- 4 感覚と運動のかかわり……松井洸 115
- 5 感覚障害の特徴とアプローチ……松井洸 117
- 6 めまいが出た時の鑑別と対応法—あなたはどのようにする?……近裕介 119
- 7 モチベーションとセルフ・エフィカシー—患者がリハに主体的に取り組める環境作り……竹岡広二 123

4 ささまざまなリハ実践

- 1 認知症の知識と対応……松井洸 127
- 2 がんのリハビリテーションにかかわるための基礎知識……境田淳平 130
- 3 健康な女性であるために、健康な女性を守るために、できること……木村亜友美 132
- 4 理解すると差がつく臨床でよく出会う浮腫……宇佐美希未佳 134
- 5 脳振盪後のリハビリテーション……境田淳平 137
- 6 小児リハビリテーションに必要な知識……中川将吾 140
- 7 ロボットを用いたリハ—特徴と落とし穴について……加藤諒大 143
- 8 ヨガとピラティスを機能評価や運動療法として活用する……竹岡広二 146

Part 2

業務上必要な知識とスキル

1 日々の仕事を円滑に進める知識

- 1 看護師を味方にしよう—信頼しあえる付き合い方とは……千野早也香 152
- 2 医師とのコミュニケーションが患者を救う—医師とのかかわり方……千野早也香 154
- 3 作業療法士・言語聴覚士とのかかわり……千野早也香 156
- 4 カルテ(経過記録)・退院時指導書(サマリー)の書き方……長島佳歩 158
- 5 セラピストにとっての説明の重要性—なぜわかりやすい説明をすることが大切なのか……竹岡広二 160
- 6 カンファレンスで心がけるべきこと……末竹真将 163
- 7 知っておくべき感染管理と対策……長島佳歩 166
- 8 押さえておくべき医療保険の知識……長島佳歩 169
- 9 押さえておくべき介護保険の知識……長島佳歩 172
- 10 リハ科の収益構造—算定・加算……境田淳平 175

Part 3

疾患別リハビリテーション

1 運動器リハビリテーション

- 1 松葉杖の基本と実践……佐川修平 178
- 2 システムティックなフローチャートで腰痛を分類して攻略しよう……竹岡広二 181
- 3 肩関節周囲炎を正確に読み解くために必要な3つのポイント……今井健太 185

- 4 変形性膝関節症の理学療法戦略……………中村僚太 188
- 5 人工膝関節全置換術(TKA)の理学療法……………中村僚太 192
- 6 変形性股関節症を再考する—予防のための考え方と患者の背景を知る重要性……………小峰知久 196
- 7 人工股関節全置換術(THA)を理解し理学療法に活かす……………佐川修平 199
- 8 骨折に対するリハビリテーションの考え方……………中村僚太 202
- 9 脊椎圧迫骨折の予後は急性期のリハビリテーションが勝負……………中村僚太 205
- 10 大腿骨頸部骨折のリハビリテーションをイチから見直そう……………中村僚太 208

2 脳血管疾患等リハビリテーション

- 1 脳卒中による運動麻痺と戦う準備……………関勝実 212
- 2 基本をとらえる高次脳機能障害……………関勝実 215
- 3 Pusher症候群に対するリハビリテーション……………嶋倉大吾 217
- 4 注意障害の理解と対応……………藤本裕汰 220
- 5 運動失調のメカニズムとアプローチ……………原航海 222
- 6 パーキンソン病と向き合うためには……………嶋倉大吾 225
- 7 脊髄損傷×理学療法のポイント……………金榮香子 228

3 呼吸器リハビリテーション

- 1 呼吸器疾患の特徴と評価……………岩淵翔一 231
- 2 COPDをゼロから学び直す……………石塚大悟 236
- 3 身近なのに知らない肺炎のリハビリテーション……………石塚大悟 238
- 4 今日から使える呼吸リハビリテーション……………石塚大悟 241
- 5 酸素療法の基礎を知る……………岩淵翔一 243
- 6 セラピストが知っておくべき人工呼吸療法の基本……………岩淵翔一 245

4 心大血管疾患リハビリテーション

- 1 リハで押さえておきたい心電図……………合田祥人 250
- 2 押さえておきたい虚血性心疾患の特徴……………合田祥人 253
- 3 心臓リハビリテーションで押さえておきたい不整脈4選……………合田祥人 255
- 4 心臓リハビリテーションで押さえておきたい運動強度……………合田祥人 258
- 5 心リハで押さえておきたい下肢閉塞性動脈硬化症(ASO)……………合田祥人 261
- 6 押さえておきたい心不全について……………合田祥人 264

Part 4

各期・各場でのリハビリテーション

1 急性期リハビリテーションの知識

- 1 急性期リハビリテーションにおけるセラピストの役割……………加藤諒大 268
- 2 意識障害の解釈と評価……………加藤諒大 271
- 3 せん妄と不穏……………高任良知 274
- 4 院内急変時のリハ職としての対応……………高任良知 276

- 5 急性期だからこそ押さえないルート類の管理……………牧門武志 279
- 6 知っておきたい早期離床のキホン……………嶋倉大吾 281

2 回復期リハビリテーションの知識

- 1 回復期リハビリテーション病棟の特徴とセラピストの役割……………栗原康平 286
- 2 家屋評価と退院前の指導……………栗原康平 288
- 3 FIMの概要と回復期リハでの活用法……………栗原康平 290

3 外来リハビリテーションの知識

- 1 外来リハビリテーションの特徴とセラピストの役割……………肩祥平 292
- 2 外来リハビリテーションの期間と頻度……………田村淳 294
- 3 外来リハビリテーションにおける物理療法の役割……………田村淳 296

4 生活期リハビリテーションの知識

- 1 生活期リハビリテーションの特徴とセラピストの役割……………中田宏樹 298
- 2 入所サービス・通所サービス・訪問サービス……………七尾拓哉 301
- 3 在宅で必要な環境の把握……………七尾拓哉 303
- 4 ケアマネジャーと良好な関係を築く方法……………中田宏樹 305
- 5 サービス担当者会議……………中田宏樹 307

Part 5

働き方とキャリアアップ

1 働く場を考える

- 1 病院で働く中で押さえないフォローワーシップ……………安藤司 312
- 2 クリニックでの実績はタイムマネジメントが鍵……………安藤司 314
- 3 スポーツ分野での働き方……………山口将史 316
- 4 施設という場だから身につけたいマネジメントの視点……………安藤司 318
- 5 これからのセラピストの職域拡大……………山田修平 320
- 6 世界を視野に働く時代……………堀田孝之 322

2 キャリアやスキルの身につけ方

- 1 新人時代に知っておきたい論文検索の基礎知識……………嶋倉大吾 325
- 2 1年目の勉強方法……………肩祥平 329
- 3 キャリアを考えた転職……………安藤司 332
- 4 副業という選択肢……………肩祥平 334
- 5 大学院への進学を考える……………嶋倉大吾 336
- 6 アウトプットとしての症例報告……………岡田雄大 339
- 7 理学療法士が知っておくべきお金の使い方……………堀田孝之 341

column コラム……………15, 16, 21, 33, 85, 90, 109, 126, 139, 162, 168, 171, 184, 191, 204, 211, 249, 338

編集担当：向井直人
表紙・本文デザイン：野村里香
DTP：真興社
本文イラスト：
中井恵子、日本グラフィックス