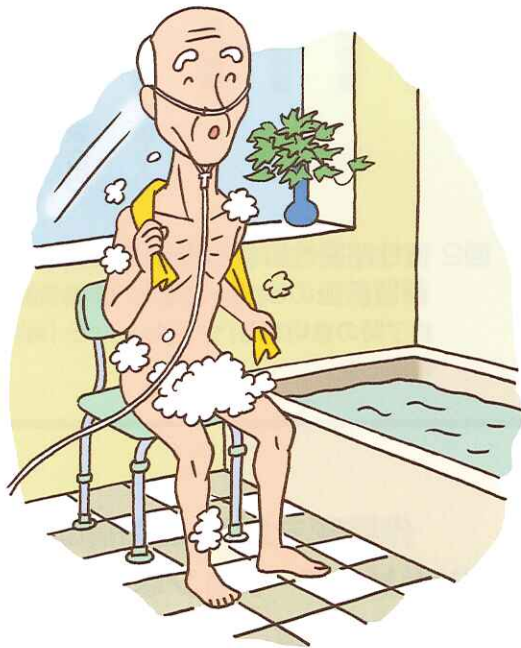


# 作業療法(OT)は 呼吸器疾患患者さんの 生活の質の向上を支援します



リハビリテーション専門職の作業療法士は、  
呼吸器疾患患者さんの  
息切れを伴う様々な活動に対して、  
動作に合わせた呼吸方法の練習や  
効率的な動作方法の助言、  
環境調整などを通じて、息切れを軽減し、  
「その人らしい生活の再構築」の  
支援を行います。



## 呼吸器疾患患者さんの日常生活の息切れに対して

- 動作方法を工夫して、息切れを軽減する方法を提案します。
- 動作に合わせた呼吸方法を練習します。
- 動作しやすい環境設定について助言します。
- 疲労の少ない効率的な1日の生活を提案します。

●在宅呼吸ケア白書の患者アンケート調査結果によると、呼吸器疾患患者さんが療養生活において、もっと教えてほしい項目の一番目に「息切れを軽くする日常生活動作の工夫」があげられています（図1）。

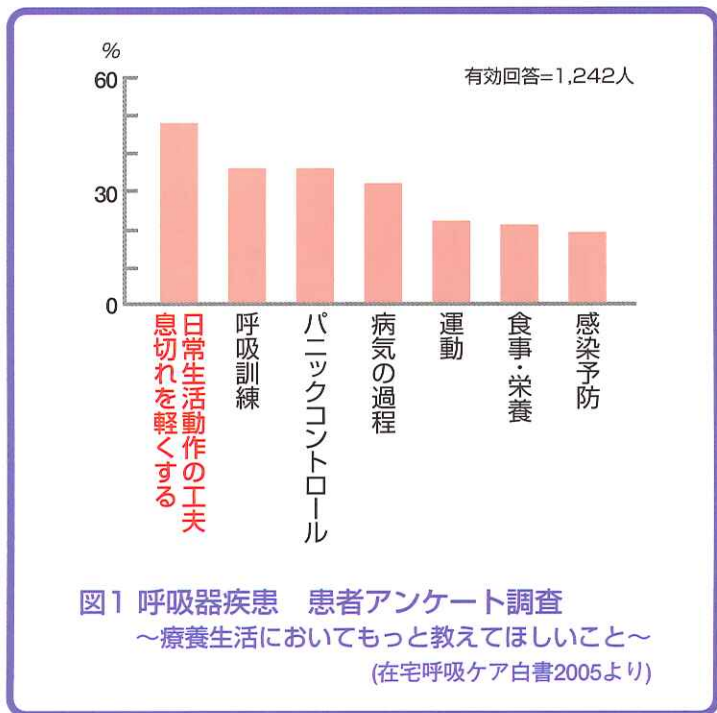
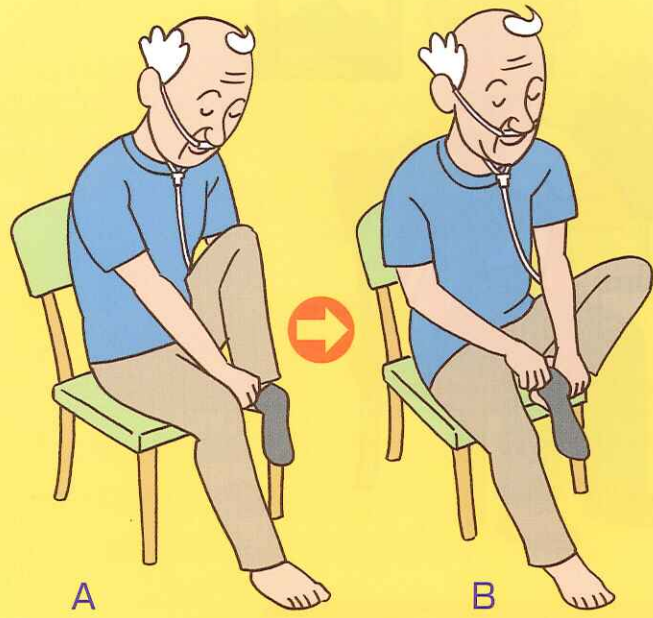


図1 呼吸器疾患 患者アンケート調査  
～療養生活においてもっと教えてほしいこと～  
(在宅呼吸ケア白書2005より)

呼吸器疾患における靴下着脱指導の例



膝を抱え込み、横隔膜を圧迫するAの動作を、膝を横に開くBの動作に工夫することで、息切れを軽減することができる。

●作業療法士は、日常生活活動（ADL）を支援するリハビリテーション専門職種です。図2に例を示したように、日常生活で息切れの訴えの多い入浴動作において、「動作に合わせた呼吸方法の練習」や「効率的な動作の練習」、「動作のしやすい環境設定」を行うことで、息切れの軽減や経皮的動脈血酸素飽和度（SpO<sub>2</sub>）の改善を図ることができます。また、症状の重症度に応じた療養生活の助言を行っています。

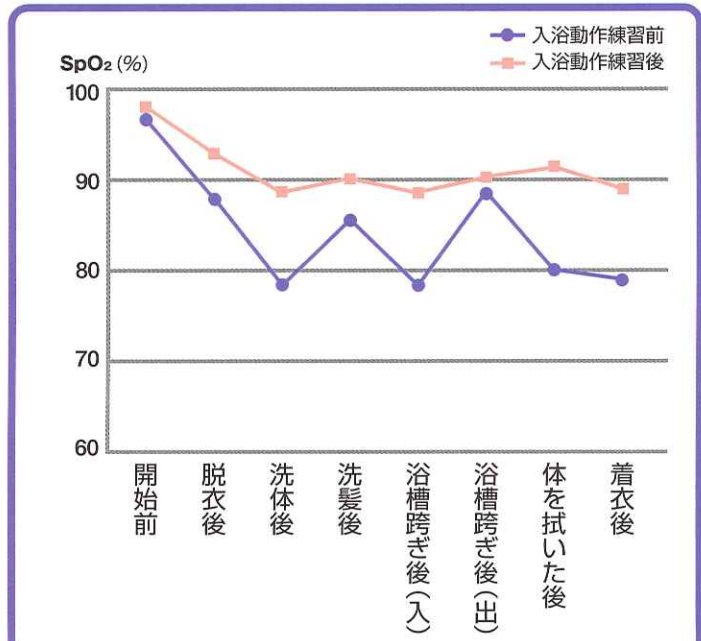


図2 慢性閉塞性肺疾患の58歳男性の入浴動作練習前後のSpO<sub>2</sub>の変化（酸素流量4ℓ/min）  
終了時の息切れも「やや強い」から「軽い」に軽減した。

作業療法士は、医療機関や訪問リハビリテーションなど多くの場面で呼吸器疾患患者さんを支援しています。日常生活で息切れを感じ始めた場合には、ぜひとも作業療法士にご相談ください。

JAPAN 社団法人  
日本作業療法士協会  
Japanese Association of Occupational Therapists

事務局 東京都台東区寿1-5-9 盛光伸光ビル  
TEL 03 (5826) 7871 FAX 03 (5826) 7872  
<http://www.jaot.or.jp>