誰でもわかる がん講座 93

がんのリハビリテーション

がんのリハビリテーションは、手術・化学療法・放射線療法の前後、緩和ケアの患者さんが行うリハビリです。これらの患者さんは、病気そのものの影響や、治療による身体的・精神的負担、副作用などにより、活動量が低下し筋力低下につながります。治療中や治療後に、だるさや筋力低下を半数以上の方が自覚すると言われています。運動や活動により予防することができますので、診断されてから治療開始まで、または次の治療までの間、適度な運動を心掛けることが大切です。

入院患者さんには専門の知識をもったリハビリのスタッフが、個人に合わせた運動を提案して一緒に行い、指導をします。外来の患者さんは、体操や自宅周辺の散歩を毎日の習慣にしましょう。

家庭での役割をもつことや、趣味活動の開始・再開は活気が出て活動量が増えることにつながります。生活の一部にリハビリを取り入れ、療養生活の質の維持・向上を図りましょう。

リハビリテーション科　鴨志田　聡子