コロナ禍の取り組み（緊急アンケート、おうちでリハビリ等）が紹介されました。

読売新聞　2020年10月21日（水）朝刊（道総合）

難病リハビリ 遠隔指導

札幌、理学療法士が講師

コロナ懸念、患者通院控え

新型コロナウイルスの終息が見えない中、難病を患う人たちが院内感染を恐れ、リハビリのための通院に不安を抱えている。健康な人より免疫力が落ちやすいことなどから、感染すると悪化するリスクが高いためだ。リハビリは体力や筋力の維持に欠かせないことから、関係団体が自宅でできるようにオンラインを使った取り組みを進めている。

■「Zoom」活用

札幌市中央区の北海道難病センターの一室で8月、一般財団法人・北海道難病連代表理事の増田靖子さん（61）がウェブ会議システム「Zoom」を使い、ストレッチや筋トレに励んでいた。モニターには、講師を務める札幌医科大病院の理学療法士の姿のほか、参加した神経難病のパーキンソン病患者ら約15人が手足を大きく動かす様子が映っていた。

企画したのは、自らも背骨の中にある後縦靱帯が骨のように硬くなり、神経などを圧迫する後縦靱帯骨化症という難病を患う増田さんだ。かかりつけの病院が4月、感染対策としてリハビリ患者の受け入れを休止したため、「困っている人がいるだろう」と6月から月1、2回のペースで続けている。

増田さんは44歳の時に足にしびれや痛みの症状が表れた。車いす生活を余儀なくされたが、リハビリに励み、1年後にはつえをつけば少し歩けるようになった。「リハビリは自分が望む生活水準を実現させるための頼みの綱だ」と強調する。

■触れられず限界も

オンラインでのリハビリは9月30日にも行い、20人が参加した。参加者には好評で、「まだ外出しづらく、自宅で座っていることが多いので腰痛に悩んでいる」「雪道での転倒防止に役立つ筋トレを知りたい」といった声が寄せられた。

講師を務めた理学療法士の佐々木雄一さん（39）は取材に対し、「リハビリを通じて患者とコミュニケーションを図ることは重要だが、オンラインでは体をじかに触ることができないため限界も感じる」と吐露する。症状には個人差があるため、「かかりつけ医や行政が協力し、それぞれの患者の症状に合わせた対応を計画しておく必要がある」と語った。

Zoomで理学療法士の指導を受けながらストレッチをする増田代表理事（8月19日、札幌市中央区で）＝佐々木紀明撮影

筋ジス患者ら「感染への不安拭えない」

新型コロナウイルス感染に対する難病患者の思いは切実だ。

全身の筋肉が徐々に衰える筋ジストロフィー患者の千歳市の男性会社員（54）は、4月に院内感染が起きたニュースを見て、待合室にいることすら怖くなり、リハビリのための通院ができなくなった。

自宅でストレッチをして体

約2か月後の夜中に心臓をつかまれるような痛みを感じ、「このままでは心不全を起こしてしまいかねない」と、悩みながらも翌日から通院を再開した。

男性は「これからの寒い季節

感染への不安は拭えない。どうするべきかと不安げに語った。

末梢神経に炎症が起こり、筋力の低下を起こす慢性炎症性脱髄性多発神経炎を患う札幌市手稲区の女性会社員（40）は、中

1で、「新型コロナに感染して働けなくなることが一番の不安」と打ち明けた。

仕事は事務職。医師からは不安やストレスから症状が悪化する懸念がある」と、日頃から無理をしないよう言われているが、女性は「せめて娘の大学卒業までではフルタイムで働きたい。これ以上病気が悪化するわ

受診控えた・取りやめ4割

北海道難病連が会員を対象に実施した新型コロナウイルスに関するアンケートで、生活への影響を複数回答で尋ねたところ、「病院受診の予定を取りやめた・控えた」とした人は全体の39・8％に上った。また、「体調・心理面に支障が出た」は22・8％だった。

感染症への不安感についての設問では、「不安」と答えた人は、「非常に不安」と「やや不安」を合わせて92％に上った。

自由記述欄には、「勤務先がテレワークをしておらず、公共交通機関を使っての通勤が不安」や「親が感染した際、障害を抱える子の預け先をどうするか」などの課題も挙げられた。

北海道難病連は道内の33疾病団体が加盟する。アンケートは5月、患者や家族から約7000人の会員の中から無作為に選んだ1000人に郵送し、540人から回答を得た。