

委員会報告

離床文化の定着に向けた課題 ～市民を離床のスペシャリストに～

離床推進ファシリテーター 一般市民教育グループ
木下 正太



高島市民病院

【寝たきりゼロの社会へ挑戦】

離床は入院期間短縮や入院費抑制が期待できますが、その重要性は一般市民に十分浸透していません。「入院中は安静」が常識として根付き、廃用症候群に陥って初めて離床の重要性を知ることになります。離床文化の定着には入院前教育が必要であり、2016年に一般市民教育グループを発足しました。これまでの当グループの活動は、教育内容の検討を目的としたアンケート調査の実施^{1) 2)}、リーフレット『離床のススメ』の作成、市民公開講座の開催、一般市民向けテキストの作成です。そして、2020年からは日本離床学会通信教育コースの募集が開始され、教育プロジェクトが本格的に始動しました。

【市民の寝たきりゼロの第一歩は入院患者さんへの啓発】

医療者が担当患者さんに対して教育習慣をつけることです。入院による弊害は自身の経験を通して共感できることが多く、その対策である離床を十分に教育することで患者さんの理解は深まります。臥床の弊害や離床のメリットに関しては、当グループが作成したリーフレット『離床のススメ』にまとめられているので活用して頂きたいです。早期離床が入院による経済的負担の軽減に有効であることは、患者さんの興味を惹きやすい話題であり、教育の導入部分で伝えることがポイントです。入院中に得た知識を口コミで拡散してもらうことで知識の普及を期待します。

またこの年末、初の一般向け書籍として、「医療現場のプロが教える 世界一わかりやすい入院の教科書」が出版されました。入院している患者さんが、自ら起きる（離床）する必要性を理解することと、退院後に再び入院しないためにすべきことが、一般の方でも馴染みやすいように、イラストを多く使用し、平易な文章にまとめています。会員の皆様に関わる患者さん、ご家族に是非勧めていただき、一般の方への離床の啓発を共に行っていただければ幸いです。

リーフレット「離床のススメ」



日本離床学会ホームページ
学会プロジェクトよりダウンロード可能

一般向けの書籍「世界一わかりやすい入院の教科書」



寝たきりの弊害から入院中に離床する重要性、動き方の実際まで、イラスト満載でわかりやすく書かれている。