

不調改善リハビリ大切

医師

高木 理彰さん (62)

山形市

伝えたい

3.11の教訓

能登地震



たかぎ・みちあき 北海道出身。山形大医学部卒、ヘルシンキ大医学部大学院修了。山形大医学部整形外科学講座教授。同付属病院リハビリテーション部長、副病院長。J.R.A.T.の地域支部「やまがたJ.R.A.T.」代表。

ら約1カ月半後に気仙沼市に入った。体を十分に動かせず、避難者の半数が生活不活発病の状態だった。初動が遅れた反省から2年後にJ.R.A.T.が設立。当時よりは迅速に対応できたが、事前に石川県との災害協定があれば、より早期の支援ができた可能性が高い。

「日本災害リハビリテーション支援協会」(J.R.A.T.)、東京の派遣要請を受け、山形大病院と山形済生病院(山形市)、みゆき会病院(山市)の合同チーム計16人で被災地の高齢者のリハビリテーション医療支援に当たった。

15日19日に石川県に入った。被害が甚大な奥能登地域の穴水町では孤軍奮闘していた地元のリハビリ専門

医らと合流して避難所などを回り、さらに北の能登町に範囲を広げた。状況は想像以上に深刻だった。

避難所生活で運動不足になった高齢者は足のむくみなど不調が目立ち、足腰の弱い高齢者や障害者がトイレに行くのにも苦労していた。むくみを抑えるストレッチやキングの処方、予防のための簡単な体操指導、簡易ベッドやトイレの設置状況確

認など環境改善に努めた。被災地以上に厳しい環境だったのが、最終日に寄った金沢市内の1・5次避難所。体育施設の避難者約250人の6割近くが食事や排泄などの生活介助を必要としていた。要介護者をいち早く避難させても受け入れ態勢が整っていない。対応する現地医療スタッフの疲労の色は濃かった。

東日本大震災では発災か

(聞き手は山形総局・原口靖志)