

# 「歩行訓練特化型」 リハビリデイサービス

# コンパスウォーク神島台

## 脊椎圧迫骨折

でお困りの方！



「腰が痛くて動けない…」  
そんな方はいらっしゃいませんか？

動かない状態が続いてしまうと、  
あっという間に寝たきりになる  
可能性があります。  
あなたに合ったリハビリを  
一緒に考えていきましょう！

高齢者の4大骨折のうちの一つ。他の骨折と比べて、  
気づかずに骨折していることがあるため、  
「いつの間にか骨折」などとも言われています。

筋力  
UP

バランス  
UP

痛み  
緩和

持久力  
向上

「歩く」を分析

「個別」にリハビリ

<施設見学会 随時受付中>

## コンパスウォーク神島台

住所: 田辺市神島台14-8

\*「とんかつよし平」様向かい  
「神島台」交差点すぐ

TEL: 0739-33-2332

FAX: 0739-33-2331

※お気軽にお電話ください

コンパスウォーク

検索



## ●施設内の一連の流れ

●初回のご利用時の施設内の流れです。

### 1.理学療法士による評価



問診やベッド上での評価・動作を分析し一人一人の症状や、改善点を確認します。

### 2.個別メニューの作成・実施



その人の目的に合わせて、オーダーメイドのリハビリを提供します。

### 3.大人気の温熱療法



筋肉を温めることで、血流が良くなり、整体の効果がよりUPします。冷え性の方にも効果抜群です。

### 4.整体・リラクゼーション



硬くなったり、疲れが溜まった筋肉をほぐします。その日の気分によっても行う場所は変更可能です。

## 〈脊椎圧迫骨折の方の使用例〉

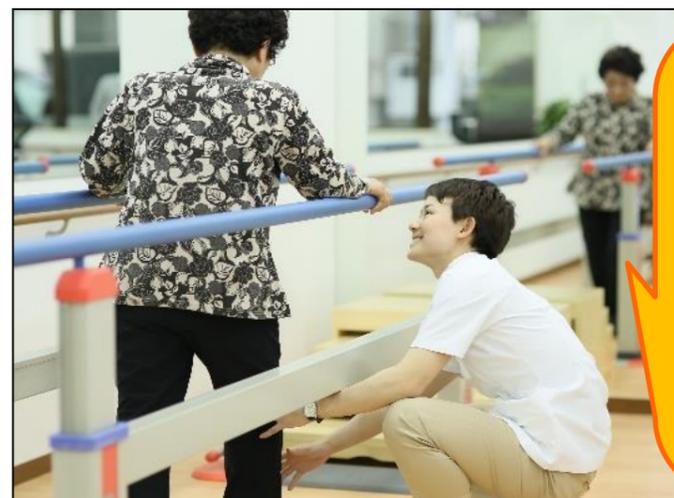


### ①徒手でのリハビリ

痛みの軽減を図りつつ、筋力をつけていきます。また、着座など勢いがかからないようコントロールできるように動作練習も必要になってきます。

### ②マシンゾーン

腰が痛くて動かないと重力に負けてしまうため、重力に逆らう筋肉を鍛えていくことが必要になります。



### ③平行棒ゾーン

圧迫骨折によって姿勢が前傾になりやすいため、バランスがとりにくくなります。手すりにつかまることで安全に練習を行います。

**その方の目的に合わせて、一緒にリハビリを考えていきます！**

これ以上骨折しないために…  
圧迫骨折した椎体の前後の椎体は今まで以上に負担がかかりやすくなります。そのため、転倒はもちろん着座などの生活指導も気を付けていかないとはいけません。またコルセットによって体幹の筋力が低下していく傾向にあるため、筋力トレーニングも安全に無理のない範囲で行う必要があります。

残されている機能（良いところ）にも着目し、可能な限り住み慣れた自宅で生活を続けていくための方法をご提案させていただきます。



管理者  
和田 圭亮  
(理学療法士)

コンパスウォーク神島台  
(半日型リハビリデイサービス)  
住所:田辺市神島台14-8  
TEL:0739-33-2332