

マッサージ師ってどんな仕事？

「指圧の心は母心、押せば命の泉湧く」

こんな言葉を聞いたことはございますか？マリリン・モンローやモハメド・アリを施術したり、テレビ等でも有名だった、指圧師の浪越徳次郎先生の言葉です。先生は幼少の頃、関節リウマチで苦しんでいた母親の手を揉んだり、擦ったりしているうちに、指で押すことで痛みが和らぐことを発見したそうです。それから、あん摩マッサージ指圧師の学校を設立したりと、精力的に活動されました。

基本の心構えは「いたわりの心と思いやりの心」。マッサージにしても、あん摩にしても、私たちのやっていることも適当に施術するのと、「心を込めて」施術するのでは、効果が全く違います。直接手を触れるので「施術者の心も伝わりやすい」のかもしれませんが。

もし家族にマッサージをする機会がありましたら、だまされたと思って心を込めてやってみてください。思いがけない効果が表れるかもしれません。(成島)

マッサージでできること⑬～症例を参考に

【入院後に心身の状態が不安定になった女性】

施設にお住いのSさんは、てんかん発作の再発により入院されました。退院後から、「家に帰りたい」と繰り返し、精神状態が不安定な状況が続きました。

食欲がなく、デイサービスもお休みするといった時期があり、施設の方々もお困りの様子でした。しかしマッサージの施術中に少しずつお話をしていくうちに、徐々に笑顔が増え始め、現在では、施設の庭を散歩したり、積極的にデイサービスに参加したりと、入院前より良い状態を保つことができています。

マッサージ施術の時間だけで、このような変化が起こったわけではありませんが、施設の方々と相談を重ねながら、良い方向に向かうことができました。

患者さんご本人だけでなく、ご家族をはじめ関係者の方々の負担を軽減する(NPIを軽減する)という事も意識して、今後も継続して取り組んで参ります。(こぼり)



季節のコラム ～寒い季節の知恵として

「こむら返り 家庭で出来る予防法と対策について」

秋が深まってくると、訪問施術中に「こむら返り」の悩みを多く耳にします。

下腿筋群の過緊張、冷え、水分やミネラルの不足、栄養バランス、布団の重み(足関節が底屈位保持になり発生)、など原因は様々です。

特にご高齢の方は筋肉の量が少なくなっており、冷えの影響を強く受けてしまうようです。湯たんぽや、電気毛布はまだ使いたくない方へ、おすすめの予防法と対策をご紹介します。

①パジャマの丈

丈の短いパジャマを着用されている方は、足首が冷えやすく、こむら返りが生じやすくなります。適当なパジャマを選ぶことも予防に繋がります。



②靴下の着用

靴下をパジャマの丈の上に被せて着用されると、寝返りをしてふくらはぎが露出しないため、保温効果が高まります。

浮腫みの気になる方は、靴下のゴムを縦にカットして緩めると良いかもしれません。



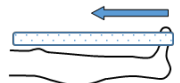
③裸足でないと眠れない方へ

眠るときは裸足でないと眠れない方には、靴下のつま先部分をカットして着用されることをお勧めします。



④こむら返りの対処法

長めのタオル等を輪にして、足の付け根を包み、体幹の方向に牽引して足関節を背屈させるストレッチを行うと、こむら返りが治りやすくなります。普段から20秒位のストレッチを続けると予防効果が期待できます。



なお、頻繁にこむら返りが起こる方や、間欠性跛行や動脈硬化がある方は、早めに医師の診察を受けることをお勧めしています。(のんき)

訪問医療マッサージを考える会つば

つば市内での在宅における訪問医療マッサージの現状を少しでも改善させ、利用者やその家族に喜ばれるよう、市内のマッサージ師(鍼灸師も含む)有志で2015年に結成しました。(2016年9月現在、マッサージ師8名、鍼灸師9名所属)

事務局:こぼり治療院(つば市横町368-5)

029-869-9979 / info@kobori-chiryoin.com