

協賛企業講演

◆膝関節疾患に対してオンラインを活用した運動指導サポートについて

株式会社リハサク 内野 翔太

【key words】オンライン、運動療法、慢性疼痛、データ分析、Evidence-based

【Abstract】

膝関節は、座る、立つ、歩く、走るなど、様々な日常生活の動作において、重要な役割を果たしている。膝関節に痛みが生じることで、身体機能が低下し、日常生活に支障をきたすなど、身体的な悪循環に陥りやすい。そのため、セラピストは、痛みに対する介入だけでなく、身体機能を低下させないための介入として、効果的に運動療法を実施することが求められる。

運動療法は、セラピストの施術と組み合わせることで、介入時の治療効果を高めることに加え、治療終了後も効果が持続していたと報告されている。しかし臨床では、セラピストの数が少ないことや治療時間に限りがあることから、運動指導を行うことが難しい場面も多い。また、セラピストが患者へ運動を指導しても、正しく実施されないことや途中で運動をやめてしまうことも少なくない。このように臨床では、運動療法を積極的に取り入れていくための課題を抱えている。

これらの課題に対して、リハサクではオンラインを活用した運動指導支援サービスを提供している。セラピストは、リハサクを用いることで、忙しい業務の中でも、症状に対してレコメンドされたエビデンスを参考に、効率な運動処方が可能となる。更に、これまで可視化できていなかった運動の実施状況や痛みの変化も確認できる仕組みとなっている。

我々は、リハサクを導入している施設を対象とし、患者が入力した痛みのデータをもとに、運動指導を実施した前後の痛みの変化について調査した。その結果、膝関節の痛みは、統計的に有意に軽減したことを認めた。さらに、痛みの軽減といった治療的な側面だけでなく、経営的な側面においても通院回数や通院期間に影響を与える可能性が示唆された。今回の講演では、実際のデータをもとに、セラピストの施術とオンラインを活用した運動指導サービスの融合について紹介する。