

# Case 3

身体の様々な場所にがんが転移し、手術や治療を受け、体調不良がありながらも家事や外出を継続。BCG治療の継続で徐々に調子が悪いと感じる日が多くなり、両手や肩、首周りの重苦しさから活動性の低下がみられたCさんの実例

## 目標 Goal

- ✓ 家事が楽にできる
- ✓ 趣味活動（ピアノ・旅行など）を楽しく継続する



リフティブ  
実施期間

2024年  
7月開始

（週1回）×（6か月間実施）

2024年  
12月卒業

## リハビリ 内容

- 両肩周りや腹部のストレッチで柔軟性を高める  
→血行アップを促し痛みの軽減をはかる
- 重りなどを使用した両肩周りや腹部、背部の筋力トレーニング
- 自転車エルゴメーターで持久力向上
- 体調不良の周期やタイミングを考察し、最適な自主訓練を指導

## リハビリ中の 変化

筋力や持久力の向上がはかれ、はじめは5分で疲労感が見られたエルゴメーターも、最終的に10分間継続して漕げるようにな。家事や趣味活動への参加も増え、旅行での楽しいエピソードを話されることも多くなつた。

## リフティブ卒業後

BCG治療の副作用により短期間での入退院を繰り返したこと、活動性の低下が見られ、治療の継続により体調悪化や身体機能低下のリスクがあったため、当施設の訪問リハビリへ移行となつたが、



大きい体調変化はなく、趣味活動や家事を無理なく継続できている



自主訓練も体調に合わせ継続できている



### 担当リハスタッフからのコメント



治療の継続で、活動性の向上や低下を繰り返している印象でした。体調に合わせ、ご自宅でも意欲的に自主訓練を頑張られたこともあり、大きな活動性低下は見られませんでした。今後も体調に合わせて、運動の機会を持ちながら活気よく生活していただければと思います。

