### 患者さんとそのご家族、介助者の方へ

パーキンソン病治療を サポートするアプリ





困っている症状を

うまく伝えることができていますか?

パーキンソン病は多彩な症状を呈します。主治医の先生にきちんと 知っていただくためにリハビリ日誌を活用しましょう!

## スマートフォンで使えるアプリ リハビリ日誌があなたをサポート!

「リハビリ日誌」は、パーキンソン病患者さんのリハビリテーションの継続や日常の気になる症状を アプリで簡単に記録をして、診察のときにご自身の状態を医師に伝えやすくすることで より良い毎日を過ごすことをサポートします。

## リハビリ

リハビリ動画、ウォーキング カウンターで毎日のリハビリ をサポートします。



## 服薬記録

服薬タイミングを登録する ことで、お薬の飲み忘れを 防ぎます。





## 症状記録

気になる症状や体調を毎日 記録できます。



## 振り返り

日々の症状記録を簡単に 振り返ることができます。



## おうちでできる! リハビリ動画一覧

市川 忠先生 埼玉県総合リハビリテーションセンター 副センター長(脳神経内科) 笠井 健治先生 埼玉県総合リハビリテーションセンター 理学療法士・主任

### **足腰の筋力**を維持するために





スクワット運動 (足の筋肉を維持する





ブリッジ運動 (足と背中の筋肉を 維持するための運動























### 上肢の動きが鈍くなったと感じたら

花を描く運動

花を描く運動

上半身の

上半身の

ストレッチ(坐位)

ストレッチ(立位)



歩幅が小さくなったと感じたら



































## **体が硬く**なってきたなと思ったら













### 「リハビリ日誌」のご利用方法

- 1 スマートフォンでアプリ専用ストアにアクセスします。
- ② ストア内で「リハビリ日誌」を検索してアプリを ダウンロードします。
- iPhone ► App Store
- Android
  ▶ Google Play









### 「リハビリ日誌」コンセプト/使い方動画

「リハビリ日誌」でできることや 使い方をわかりやすくまとめた 動画をホームページで紹介して おります。



### アプリに関するお問い合わせ先

登録方法、サービス内容など、ご不明な点はお気軽に ご質問ください。スタッフがていねいに対応いたします。



⊠ support@welby.jp





困っている症状の記録で、パーキンソン病治療をサポート

<戻る 運動緩慢症状 振返り

04月27日 (月)

赤字の数字はこの1年間に選択された回数です。

食事の動作に時間がかかる (2)

ベッドや椅子からの立ち上がりが

転びやすい、つまずきやすい (2)

16:28

睡眠障害

頻尿・トイレが近い

動作緩慢・無動

幻視·幻覚

しびれ

すくみ 立ちくらみ

ジスキネジア

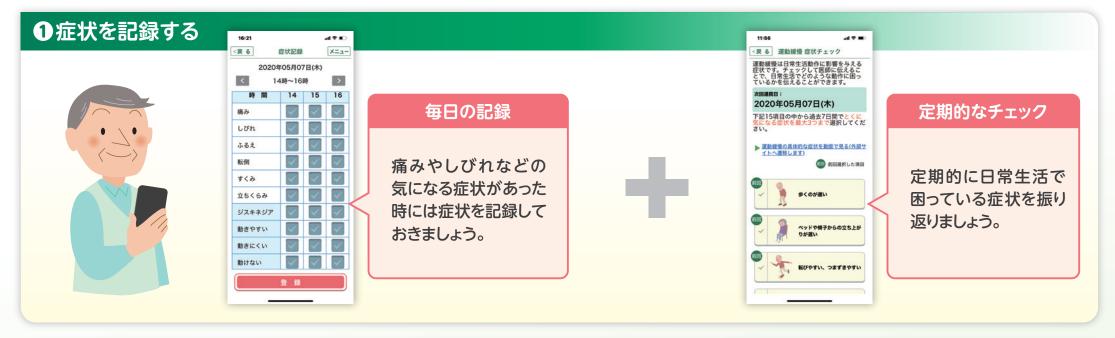
振り返り

症状の有無

0 1 2 3 4

メニュー

振り返り







# Webtah

「・・・パーキンソン病ステーション ®者さんとそのご家族、介護者の方へ

パーキンソン病の症状や検査、ご自宅でできるパーキンソン病 患者さん向けリハビリテーション動画の紹介、介助するご家族 向けの情報などを掲載しています。

### パーキンソン病ステーション

■ バーキンソン病ステーション

リハビリテーションのススメ バーキンソン病の患者さんがご自宅で 出来る運動を動画で紹介しています

● #L(#256

https://healthcare.ds-pharma.jp/disease/ parkinson/rehabilitation/move/ ?pid=all\_pa\_qrc\_dtc\_appreha



### contents



『パーキンソン病とは

パーキンソン病ってどんな病気? 日常生活に支障をきたす動作



■パーキンソン病のリハビリテーション おうちでできるリハビリテーションのすすめ

★ ■パーキンソン病患者さんの介護を行う方へ パーキンソン病と上手に付き合う環境づくりのヒント

● パーキンソン病をよく知るために

パーキンソン病用語集 症状日誌ダウンロード

(2020年6月時点)

### 動画でみる

パーキンソン病患者さんが日常生活に支障を きたす動作(運動緩慢)



パーキンソン病の代表的な症状で ある運動緩慢症状について、代表 的な15の動作を動画で紹介して

https://healthcare.ds-pharma. jp/disease/parkinson/ slow movement/

服を着たり脱いだりしにくい (2 診察時には記録した 症状を先生に相談し ましょう。 歩くのが遅い (2)

振り返り



(2020年7月作成)TRF-365-2-2007/P07198v03