

北部病院リハビリテーション部  
パーキンソン短期集中トレーニング  
LSVT BIG4週間コース

(\* LSVT BIG®とはパーキンソン病の進行を予防する為の運動療法です。)

## パーキンソン病の方

当院では症状の進行予防に「パーキンソン短期集中トレーニング」を行っています。

できるだけ早期から始めたほうが高い効果が得られます。

### 【目標】

- ①今よりより大きく体が動くようになる。
- ②今よりしっかり歩けるようになる。
- ③退院後も元気になった体を維持することができる。

\* 患者様ごとに目標は異なる場合があります。

北部病院リハビリテーション部  
パーキンソン短期集中トレーニング  
LSVT BIG 4週間コース

≪入院初日≫リハビリに関するオリエンテーションや簡単な検査を行います。

≪ 1週目 ≫

LSVT BIG のファーストステップです。まずはこの療法を30%程度修得して頂くことを目指します。

自主トレーニングカレンダーを作成し体調管理と実施した記録を始めます。また、日常生活でお困りの課題や症状を把握し、4週のリハビリ計画を一緒にたてます。

≪ 2週目 ≫

個別リハビリの時間とは別にLSVT BIG を1日1回行います。

また、小さくなりがちな姿勢を改善するように歩行訓練を始めます。

≪ 3週目 ≫

LSVT BIG はこの時点で100%行えるようになります。

個別訓練60分、 自主訓練60分 1日2回行っていきます。

歩行訓練の耐久性を高めながら日常生活動作訓練を繰り返してお伝えしていきます。

≪ 4週目 ≫

ご自宅に帰られてもお一人でできるようにLSVT BIG を1日2回一人で行います。歩行耐久性向上し動作もスムーズにできるようになったと実感を感じられます。最後にご自宅で体操が継続できるようにDVDや資料をお渡しします。

当院で取り組んでいるパーキンソン体操はLSVT BIG®です。

背中が伸びてきた。立ちやすくなった。  
患者さまからお喜びの声を沢山いただいています。

## LSVT BIG とは・・・

エビデンスに基づく理学・作業療法であり、アメリカ国立衛生研究所(NIH)で25年かけて開発されたパーキンソン病の治療法です。2010年にLSVT LOUD (パーキンソン病患者の言語治療)、続いてLSVT BIG (運動療法) が発表されました。これまでは、投薬や外科的手術が主流でしたが、パーキンソン病における運動訓練のエビデンスが集積されていきました。運動訓練によって脳機能を改善でき(神経可塑性)、パーキンソン病の進行を遅らせる方法です。現在、LSVT BIG 認定セラピストは38か国約10000名(2016年)誕生しています。

## 【LSVT の名前の由来】

「 LEESILVERMAN Voice Treatment 」

パーキンソン病である Lee Silverman さんのご家族が「声が聞こえれば本人の気持ちが理解できるのに」という思いをラミング医師が受けて開発した発話療法です。