

# パーキンソン病に効果があるリハビリ

## LSVT BIG®

## LSVT LOUD®

### のご案内

**【LSVT とは】** パーキンソン病の方を対象に開発されたリハビリプログラムです。

体の動きや声が小さくなりやすい特徴に対して、「大きく動く・はっきり声を出す」練習を繰り返すことで、日常生活の動作やコミュニケーションを改善します。

### 【こんなことに困ってませんか？】



#### <言葉>

- ・会話の際に、よく聞き返される
- ・何を言っているのか分からないと言われる
- ・言葉がなかなか伝わらず、話すことが嫌になってきた

#### <身体>

- ・1年前より動きにくくなった
- ・歩いているうちに歩幅が小さくなっていく
- ・歩き始めや方向転換、狭い場所で足がすくむ
- ・椅子から立ち上がろうとして1回で立ち上がれない

### 【LSVT の適応となる方】

- ・パーキンソン病、パーキンソン症候群と診断された
- ・症状が安定している(服薬の調整ができています)
- ・リハビリや自主トレーニングに意欲的
- ・医師から、LSVT による改善が見込め、短期集中リハビリテーションが行えると判断された
- ・ご自宅で自主トレーニングを行える



### 【実施内容】

LSVT には「BIG(動作の改善)」と「LOUD(声の改善)」の2つのリハビリがあります。  
詳細は次のページをご参照ください。



LSVT 実施のご希望やご相談は、下記の連絡先までお気軽にお問い合わせください。

栃木県医師会塩原温泉病院 0287-32-4111

# パーキンソン病に対する運動療法

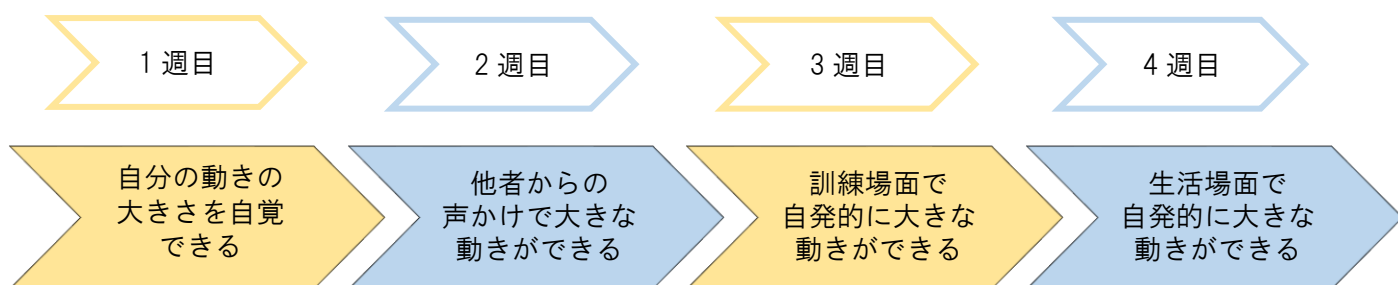
## LSVT BIG<sup>®</sup> のご紹介

LSVT BIG は、動作が小さくなることや、動きがゆっくりになる症状に対して開発された動作練習プログラムです。動作の大きさに意識を向け、集中的に練習することで、適切な大きさで身体を動かす感覚を身につけていきます。さらに習得した大きな動きを日常生活の中でも自然に発揮できることを目標としています。

### 【LSVT BIG プログラム】

- ・LSVT BIG の認定資格を持つ担当者が、リハビリを行います。
- ・週 4 回のリハビリを 4 週間続けて行う、合計 16 回のプログラムになります。
- ・効果を維持するために、毎日自主トレーニングを行います。  
(自主トレーニングの内容は担当者が作成いたします)

### 【リハビリスケジュール】



### 【LSVT BIG の効果】

- ・大きな歩幅で、より速い歩行が可能になる
- ・立ったり歩いたりする時の安定感がよくなる
- ・振り向いたり、向きを変える動きが行いやすくなる
- ・立ち座りなど日常生活動作が改善する



# パーキンソン病に対する運動療法

## LSVT LOUD<sup>®</sup>のご紹介

LSVT LOUD は、声が小さくなる症状に対して開発された発声練習プログラムです。

日常会話において患者さまがより大きな声を習慣的に使い、長期的に持続することを目標としています。

### 【LSVT LOUD プログラム】

- ・LSVT LOUD の認定資格を持つ担当者が、リハビリを行います。
- ・週 4 回のリハビリを 4 週間続けて行う、合計 16 回のプログラムになります。
- ・効果持続のために毎日自主トレーニングを行います。

(自主トレーニングの内容は担当者が作成いたします)

### 【リハビリスケジュール】

1 週目

自分の声の  
大きさを自覚できる

2 週目

他者からの  
声掛けで大きな  
声で話せる

3 週目

訓練場面で  
自発的に大きな声で  
話せる

4 週目

生活場面で  
自発的に大きな  
声で話せる

### 【LSVT LOUD の効果】

- ・声の大きさが安定して大きくなる
- ・言葉が聞き取りやすくなる
- ・声の高低の幅が広がる(抑揚のある話し方になる)
- ・飲み込みの機能が改善する

