

## 第5回 PERIO カレッジ

日 時：2019年10月26日（土）10：00～12：00

場 所：総合診療棟東棟2階 第3カンファレンスルーム

テーマ：「手術に備えたからだづくり」

講演 1	「手術と侵襲ー手術で起きるからだの変化ー」 岡山大学病院 麻酔科 講師 松岡 義和 先生
講演 2	「手術前こそ運動が大切！」 岡山大学病院 総合リハビリテーション部 講師 萩山 明和 先生
茶話会「身体づくりについてざっくばらんに語り合しましょう」	



今回は、5回目の PERIO カレッジを開催いたしました。テーマは「手術に備えたからだづくり」で、参加者は25名でした。

講演 1 では岡山大学病院麻酔科松岡義和医師より、「手術と侵襲ー手術で起きるからだの変化ー」と題して、手術侵襲によって体力が落ち込むこと、元通りに回復するにはしばらく時間がかかること、その時期を越えるための体力づくりや持病のコントロールが必要であることが述べられました。

講演 2 では岡山大学病院総合リハビリテーション部萩山明和理学療法士より、「手術前こそ運動が大切！」と題して、手術前に運動を行うことの有効性や必要な運動の種類、継続するコツが述べられました。また、手術前だけではなく、手術後の運動習慣の重要性も述べられました。

茶話会では、参加者と医療従事者がグループに分かれて「身体づくり」について話し合い、最後に発表を行いました。

セミナー後のアンケートでは講演、茶話会ともに今後大変役立つとの意見を多くいただきました。また、手術の際に運動をすることの大切さが分かったとの意見や専門的な話を聞くことが出来て良かったとの意見がありました。



<講演の様子>



<茶話会の様子>