

特集

いい運動， 悪い運動

「疾患と運動」にまつわる不安に答えます

「治療中は絶対安静」という言葉が古めかしく聞こえるくらい、現在では多くの疾患治療において運動療法の重要性が強調されています。糖尿病などの慢性疾患はもちろん、脳卒中、心疾患の術後早期からのリハビリテーション、あるいは高齢者の転倒予防、認知症予防など、治療の一環として運動を位置づける領域は大きく広がっています。一方で、疾患の重症度や運動の種類・程度によっては害をもたらすリスクもあり、患者・看護師が「この運動はいいのか、悪いのか？」という不安を抱くケースも増えています。本特集では、疾患と運動にまつわる患者・看護師の不安に答える知識をまとめました。「いい運動，悪い運動」を見極める知識を養ってください。

編集協力：石黒友康(健康科学大学)