

高次脳機能障害からの回復

個人の体験と洞察

高次脳機能障害。回復中！
<https://hiroxy.net>



目次

インフルエンザ脳症からの覚醒と診断

入院中の治療と日々

退院後の葛藤

仕事への復帰と挑戦

通所リハビリのスタート

自立への一歩と能力の再発見

自由な行動を取り戻す

これから進むべき道

インフル エンザ脳 症からの 覚醒と 診断

初期症状：朝の意識混濁と記憶障害。

「今日は仕事を休む」と電話をした記憶が消える。

気が付いたらベッドの上。

常に新鮮な驚き。意識はあるが、記憶がリセットされた状態。

診断の難しさと入院生活。

入院中の 治療と 日々

ステロイドパルス治療とその副作用。

記憶力検査と日常のリハビリテーション。

ステロイドパルス治療を受けながら、幻覚や血糖値の急上昇といった副作用に直面。

退院後の 葛藤

日常生活への適応:「要見守り」という現実。

易疲労との闘い:日中の疲れと疲労感。

自宅での生活で「要見守り」の意味を痛感。日常のささいなことでも忘れてしまう困難。

仕事への 復帰と 挑戦

記憶障害による仕事での
困難。

パニックを乗り越えての職
場適応。

仕事復帰は壮絶な挑戦。
メモを取っても直後に忘れ
るほどの記憶力の低下。

通所 リハビリ の スタート

リハビリの目的と日常との両立。

仕事とリハビリのバランスの探求。

リハビリで簡単なイラスト記憶も難しいが、徐々に改善。脳の回復を実感。

自立への 一歩と能 力の再発 見

記憶障害への対策: ONENOTE
やGoogleスプレッドシートを活
用した管理。

新たな自己管理方法と情報整
理。

付箋メモからONENOTE、
Googleスプレッドシートへの情
報管理。記憶管理番号を導入。

自由な行動を取り戻す

自立後の日常と自信の回復。

新たな挑戦と社会での活動。

散歩やドライブで外出し、障害後の新しい自由とチャレンジを楽しむように。

これから 進むべき 道

既存の目標から新たな目標
への移行。

社会と制度における壁とそ
れを乗り越える方法。

「新しい挑戦」を目標に設定。
過去の自分に戻るのではなく、
新たな可能性を追求。