

心大血管リハビリテーション

(心大血管リハビリテーション I 認定施設)

心臓大血管リハビリテーションの対象疾患

虚血性心疾患	心筋梗塞、狭心症
心不全	心臓弁膜症、心筋症など
心臓血管外科術後	冠動脈バイパス術後、心臓弁置換術後、大血管手術後、末梢血管手術後など

心臓リハビリテーションとは

心臓病にかかった患者さまの身体的・精神的な機能を回復し、健全な社会復帰を助けるために行われます。心臓病と診断されると、今までの自信や活力がなくなったり、心臓の負担を警戒するあまり活動を制限し、発症間もない不安定な時期を過ぎても過度な安静をとる方も少なくありません。これにより患者さまはもちろん、ご家族や社会にとっても大きな損失となります。このような問題に対して、

- ①病気の克服に積極的に取り組むことにより、出来るだけ早期に健全な社会復帰を成し遂げようとする
- ②心臓病（心筋梗塞や狭心症など）の再発や進行の予防をする

これが心臓リハビリテーションの大きな目的です。

当院におけるリハビリテーションの取り組み

①運動療法

個人に合った運動負荷により体力・持久力の増加を目的とします

②食事療法

高血圧・高脂血症・糖尿病等の冠動脈危険因子となりうる病気に対して食事指導を行います。また体重の管理も行います

③薬物療法

現在服用されている薬の作用、正しい使用方法についてお話しします

④日常生活の注意点の指導

禁煙指導、在宅での注意点等をお話します

■入院急性期

心筋梗塞発症後、看護師による病棟での座位や立位等のリハビリテーション後に心臓リハビリ室にて開始となります。有酸素運動（自転車こぎや歩行訓練）と退院後の再発予防等の教育を中心に行います。心臓血管外科術後では、術後の呼吸器・運動器合併症が併発しないように、術後早期より病棟（集中治療室）にて呼吸訓練（深呼吸・喀痰・呼吸体操等）、離床訓練（端座位訓練・立位訓練等）を行います。その後心臓リハビリ室にて有酸素運動を中心にリハビリテーションを行います。



■外来回復期

上記の疾患で入院急性期リハビリテーションが終了された方が対象となります。目的は病気や手術により低下した体力の回復、再発予防、社会復帰です。内容は、運動療法として有酸素運動（自転車こぎや歩行）、筋力強化トレーニング（マシン使用）を行います。

また、再発予防の教育（禁煙・食事・運動等）も行っていきます。リハビリテーションの必要性や病気についての知識向上を目指し、多職種が連携して週一度の頻度で心臓リハビリテーション教室を開催しています。



■心臓リハビリテーション教室の内容

内容	担当
狭心症と心筋梗塞	医師
日常生活の注意点、タバコの害	看護師
知っておきたい薬の知識	薬剤師
心臓食のための食事ポイント	管理栄養士
心臓リハビリとは？	理学療法士
自宅での運動について	
心不全について	
糖尿病の運動療法	

- ・ 日時：毎週月曜 14：30～
- ・ 場所：2階患者教室（生理検査室の向かい）



心臓リハビリテーション教室



心肺運動負荷試験

当院では心肺運動負荷試験を行い、各患者さまの心臓機能、運動機能に合わせた運動療法の処方を行っています。

尚、当院には心臓リハビリテーション指導士が常勤しております。