



心臓リハビリテーションをご存じですか

心臓リハビリテーションとは、心臓病の患者さんが家庭生活や社会生活に復帰するため、また、再発や再入院を予防するために、医療の専門職が集まったチームで患者さんやそのご家族を支援する取り組みです。入院・外来を通じて行います。

対象となる心臓病

心不全

心筋梗塞

狭心症

心臓手術後

など

主な支援内容

患者さんの心臓病の病状にあった運動療法、病気の管理、栄養・食事の指導、服薬の指導、生活の指導、禁煙の指導など



運動療法について

心臓リハビリテーションの中心となります。適切な運動を行うことで心臓が楽に働ける環境をつくることができます。

心肺運動
負荷試験 (CPX)
運動能力を調べます

江里口市長も
体験しました!



1

まず、患者さんが安全に運動を行えるように事前に評価をします。結果を参考に運動内容を決めていきます。



2

評価された結果を受けて、患者さんの運動能力に合わせた強度の有酸素運動や筋力トレーニングを週1～3回行います。



自転車エルゴメータ
(医療用エアロバイク)
を使った有酸素運動

心臓リハビリテーションの効果は国内外で多く報告されています。特に、退院後も外来での心臓リハビリテーションを続けた患者さんにおいて、心臓病での死亡や再入院が減るだけでなく、医療費負担の観点からみても推奨されるべき治療法であることが分かっています。一方、リハビリ可能な施設が少なく、認知度が不足しているため、本来受けるべき心臓病患者の約1割程度しか参加できていないことが問題になっています。

参考文献：日本循環器学会、2021年改訂版心血管疾患におけるリハビリテーションに関するガイドライン

関心を持たれた人は、お気軽にお問い合わせください。