

地 域 連 携 だ よ り

彦根市立病院
〒522-8539 滋賀県彦根市八坂町1882番地
TEL : 0749-22-6050(代)

問い合わせ先 彦根市立病院 地域医療連携室
TEL : 0749-22-6053 FAX : 0749-22-6093

いつもありがとうございます

命と生活を支える！！

心臓リハビリテーション



心臓リハビリテーションチーム

日頃は地域連携にご協力いただき厚くお礼申し上げます。私が退職された日村先生から心リハ運営に携わるよう指示があったのは平成25年頃で、恥ずかしながら心リハに関しては非侵襲的治療の一環で理解、興味に乏しい状態でした。その後市立大津市民病院を見学し、平成26年6月から外来心臓リハビリテーションを稼働することとなります。患者さまのQOL向上、転帰の劇的な改善、CPX（心肺運動負荷試験）の有用性などをまざまざと見せつけられる結果となり、熱意をもって心リハ運営に携わっていくようになりました。

心リハとは、適切な運動療法、食事療法、生活指導（薬剤管理など）を多職種が連携して行う治療です。適応症例は、心筋梗塞、狭心症、開心術後、大血管疾患（大動脈瘤、大動脈解離）慢性心不全(EF40%以下もしくはBNP80pg/ml以上)末梢動脈閉塞性疾患となります。

超高齢化社会の問題点は、サルコペニア、フレイル、認知症を合併することで、病気に対する予備能力・健康寿命が低下することです。これに対する治療は、薬物・侵襲的加療ではなく『絶対的に心リハである』と考えております。

早いもので開設以来約6年経ちますが、令和元年11月からはエルゴメーター4台→7台、レッグプレス2台導入（健康寿命は下肢筋力が重要）とさらに充実しています。

このたび心リハ専門外来を始めることとなりました。開業医の先生方のところへ通われている患者さまの中にも、「動脈にステント留置されている、BNP80pg/ml以上」といった症例は多いのではないのでしょうか。適応症例の患者さん方に心リハによる恩恵を享受していただけたらと考えておりますので、是非ご紹介いただきますようお願い申し上げます。

文責 循環器内科部長 梶本 晃

心臓リハビリテーションはいいことだらけ！ ～効果効能～



【効能】

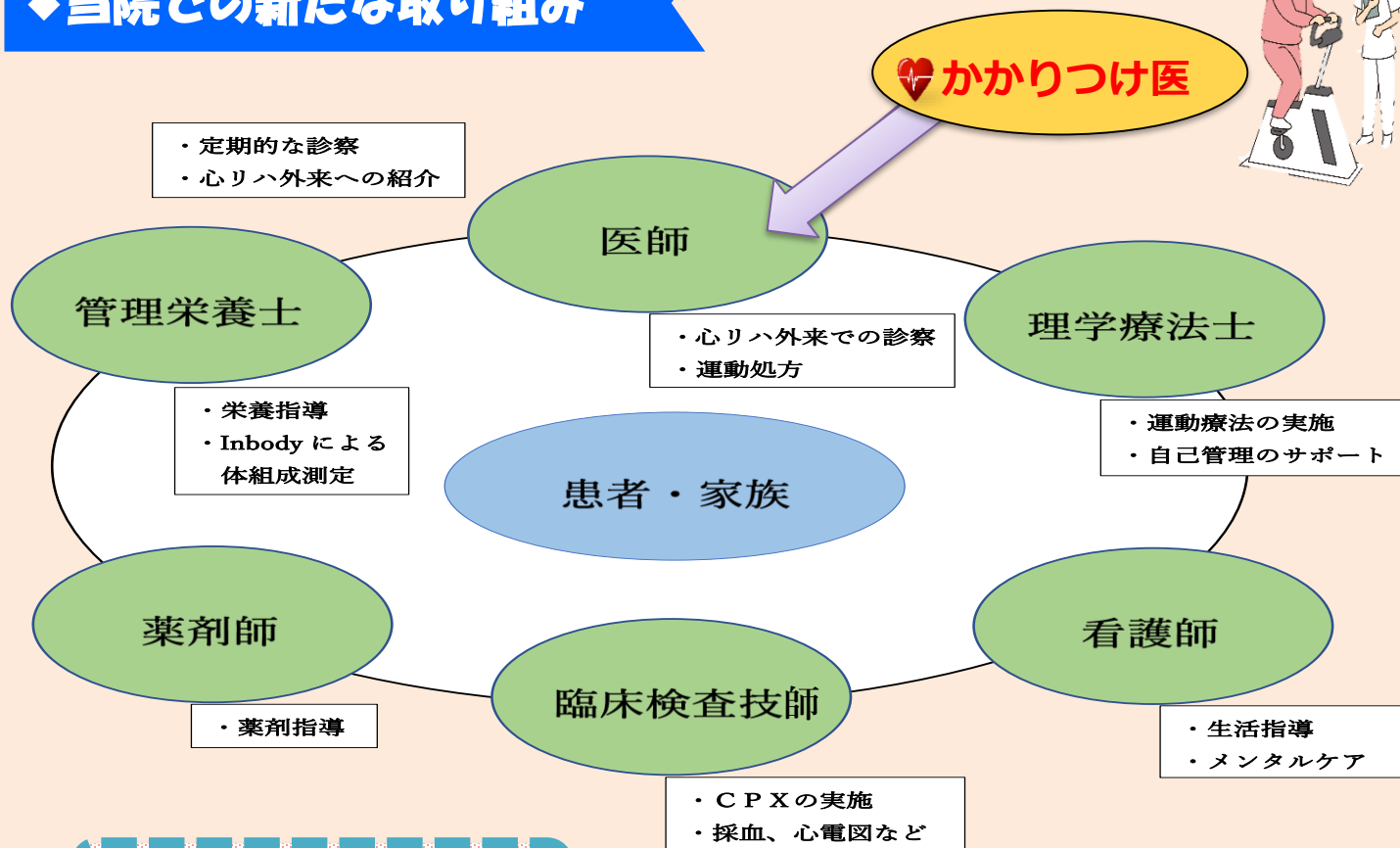
- ① 適切な運動による心肺機能/運動能力向上
- ② 血管内皮機能の改善
- ③ 自律神経機能の改善
- ④ 抗炎症効果、抗酸化作用
- ⑤ 善玉コレステロールの増加
- ⑥ 骨格筋の糖代謝・脂質代謝の改善
- ⑦ 骨吸収抑制・骨形成促進
- ⑧ 脳内エンドルフィンの放出促進
- ⑨ 栄養/生活指導により動脈硬化の原因となる疾患(DM/HT/Dlp/smoking)をコントロール
- ⑩ 認知症予防
- ⑪ 心臓拡張能改善など 多面的効果あり



彦根市立病院では多職種で介入し包括的リハビリテーションを実施しています。心臓リハビリテーションを実施している施設は湖東圏域では当院だけ！！

住み慣れた地域で暮しながら、少しでも健康的に長生きしその人らしい生活が継続できるようサポートします。

◆当院での新たな取り組み



まずは心リハ外来へ！！

外来心臓リハビリテーションには、自己管理のサポートや心不全増悪症状を早期発見し早期受診へ繋げることで、再入院を予防するなどたくさんのメリットがあります。その中でも特に運動療法については、CPXやInBodyなどにより身体チェックを行い、患者様に応じたプログラムを作成し、丁寧に運動療法を行っています。

心臓リハビリテーション専門外来 2/1～開設！！

◆運用方法 心臓リハ専門外来開設後は紹介状を作成していただくだけでリハビリに通えます

🔍 時間 10:00～11:00、13:15～14:15、14:30～15:30 それぞれ1時間程度
※予約制になります

🔍 運営枠 月～金曜日

🔍 料金 1回当たり3割負担の方で2,070円 1割負担の方で690円
※月1回計画書料として別途料金がかかります



◆外来心リハの様子

血圧測定・問診

レジスタンストレーニング



エルゴメーター



心リハに通うようになって、運動習慣が身につきました

診察があるので薬のことを相談できるのがありがたい

モニターをみてもらっているので安心して運動できます



体力がついてきて動きやすくなりました

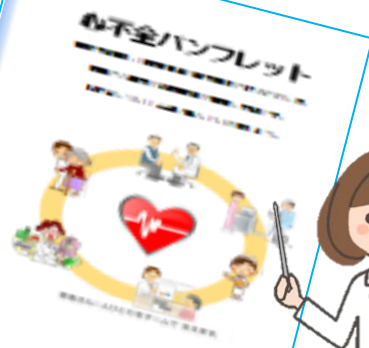
◆セルフケア指導方法

入院中は彦根市立病院独自で作成したパンフレットを用いた個別指導！！
*多職種で循環器教室を開催し患者教育・再入院予防に取り組んでいます



☆☆☆

今後は外来でもパンフレット指導に取り組んでいく予定をしています。

★ 患者さんの声



心臓リハビリテーション依頼箋をご記入ください

診療情報提供書（紹介状）		心臓リハビリテーション依頼箋	
		年 月 日	
紹介先			
医療機関名	彦根市立病院	医療機関名	
循環器内科	先生待史	医師名	
ふりがな		性別	男 女
患者氏名		生年月日	明・大・昭・平 年 月 日（ 歳）
患者ID		TEL	
〒		身長	cm 体重 kg
住所			
紹介目的	心臓リハビリテーション		
来院手段	家人の協力 有・無（ ）		
傷病名	慢性心不全 (BNP pg/mL NT-proBNP pg/mL 左室駆出率 %) 狭心症 心筋梗塞 開心術後 経カテーテル大動脈弁置換術後 大血管疾患 (大動脈解離、解離性大動脈瘤、大血管術後) 末梢動脈閉塞性疾患 ※慢性心不全の場合はBNP80pg/mL以上、NT-proBNP400pg/mL以上、 左室駆出率40%以下のいずれかの情報が必要になります		
既往歴			
現在の処方			
その他 (何かご要望などあれば)	 		

彦根市立病院

外来診察

心臓リハビリ
テーション外来
運動療法

必要時入院

かかりつけ医

診察

生活
管理

是非 心リハに
ご紹介ください

患者様

近頃
身体がむくんで
調子が悪い気が...
不安だわ

◆心リハ専門外来のご案内（地域医療連携室経由で予約）

第2・第4火曜日

紹介患者さんは事前に診療予約をお願いします

9:00

2名

9:30

2名

地域医療連携室へ
事前に予約していただくと
優先して対応させて
いただきます。

- ①地域医療連携室に連絡していただき診療予約
- ②紹介状を持参し受診

ご紹介よろしくお祈いします！

- ・専用窓口で優先的に受付
- ・各ブロックで優先的に呼び込み
- ・専用窓口で優先的に会計