

彦根市立病院

地域連携 だより

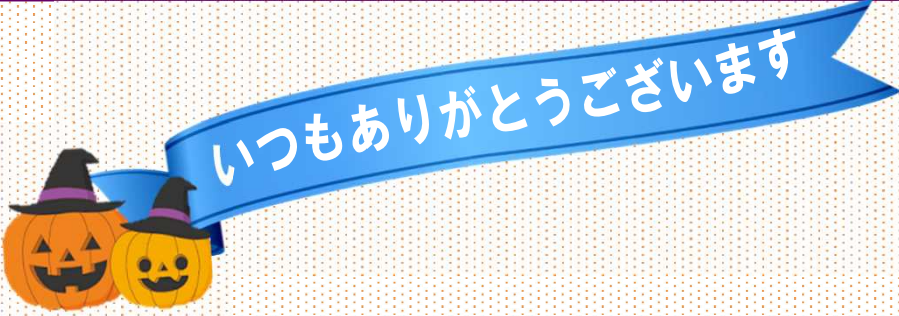
彦根市立病院

〒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



**心臓リハビリテーションで
延ばせ健康寿命！**

循環器内科 部長
すぎもと あきら
梶本 晃



平素より誠にお世話になります。
心臓リハビリテーションとは、適切な運動療法、食事療法、生活指導を多職種が連携して行う治療です。適応症例は以下となります。

心大血管リハの対象6疾患

- ① 心筋梗塞
- ② 狭心症
(左主幹部/左前下行枝入口部病 変未治療以外)
- ③ 開心術後
- ④ 大血管疾患
(大動脈解離慢性期は発症3か月以降)
- ⑤ 慢性心不全
EF40%以下or
BNP80 (NTproBNP400)pg/ml以上or
peakVO2/W80%以下
- ⑥ 末梢動脈閉塞性疾患

動脈硬化性疾患、心不全症例はもちろんですが、最近では不整脈（心房細動）に関しても心臓リハビリテーションの包括的医療がリズムコントロール、QOL改善に寄与することがガイドラインでもいわれております。当院では2014年6月から外来での心臓リハビリテーションを実施しております。この10年間で運動機器が充足しただけでなく、心不全認定看護師が在籍する院内心不全チームが発足したことで、より充実した心臓リハビリテーションを受けていただけるようになりました。

湖東地域の患者さまの健康寿命の延長、QOL改善、基礎疾患の再発予防に当院の心臓リハビリテーションが少しでも寄与できればと考えております。また適応する患者さまがおられましたら、お気軽に当院地域医療連携室にご相談いただけましたら幸甚です。どうぞよろしくお願い申し上げます。

彦根市立病院 地域医療連携室

業務時間：月～金曜日：午前8時30分～午後7時（但し木曜日は午後5時15分）土曜日：午前9時～午後12時30分

連絡先：地域医療連携室 TEL0749-22-6053(直通) FAX:0749-22-6093

心臓リハビリテーションの紹介

10
2024

彦根市立病院では多職種による介入で包括的リハビリテーションを実施しています。患者さんが、住み慣れた地域で少しでも健康的に長生きし、その人らしい生活が送れるようにサポートします！

湖東医療圏で心臓リハビリテーションを実施している施設は当院だけです！

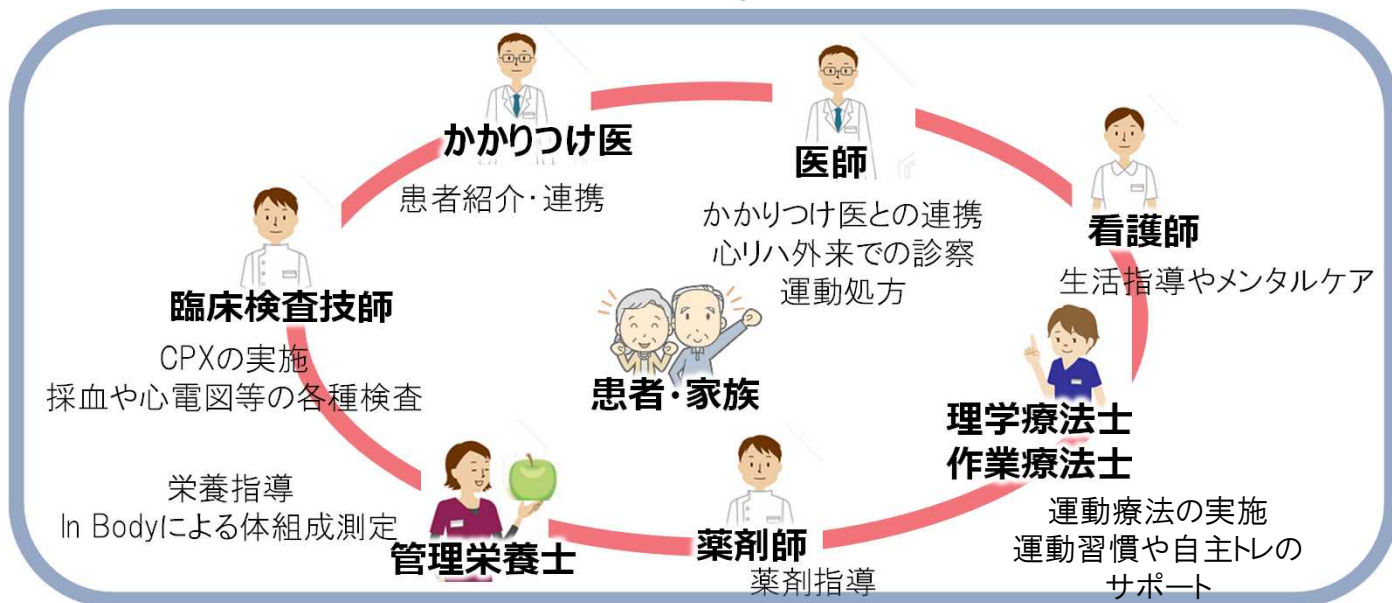


心臓リハビリテーション外来では、CPXやIn Bodyなどにより個々の患者様に合わせた運動プログラムを作成し、多職種による生活指導や自己管理のサポートを行っています。

心臓リハビリテーションの効果

1. 適切な運動による心肺機能・運動能力の向上
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・生活指導による動脈硬化の原因となる疾患をコントロール
10. 認知症予防
11. 心臓拡張機能改善 等

心臓リハビリは生活全般に目配りする“包括的なリハビリ”



まずは心臓リハビリテーション外来へ

★ 地域医療連携室を通して予約を取っていただくことができます

①地域医療連携室に連絡していただき診療予約

事前に医師の診察が必要です

毎週第2・4火曜日 9:00～3名、9:30～3名

②紹介状を持参していただき受診

③心臓リハビリテーション開始

地域医療連携室へ事前に予約していただくと優先的に対応させていただきます！



心臓リハビリテーションについて

実施日

月曜日から金曜日(祝日を除く)

①10:00~11:00

②13:15~14:15

③14:30~15:30

それぞれ予約制で約1時間のプログラムです。

料金

1回あたり3割負担の方で2,070円 1割負担の方で690円

※月に1回計画書料として別途料金がかかります

医師・臨床検査技師による心肺運動負荷試験を行い、安全性の高い運動内容(運動の強さ・時間・頻度)を決定し、その処方に沿った運動を行います。

また、運動中も専門医療スタッフが付き添い、心電図や血圧の状態をチェックしていますので、安全に運動することができます。当院では3カ月プログラムを導入しており、期間内での患者様本人や家族に運動・食事・薬剤に関する指導を行っていき自己管理能力の向上を目指して多職種で関わっています。



内容

血圧測定・問診

↓

準備体操(ストレッチ)

↓

有酸素運動

(エルゴメーターorトレッドミル)

筋力トレーニング

(セラバンド使用しての上下肢運動とレッグプレス)

↓

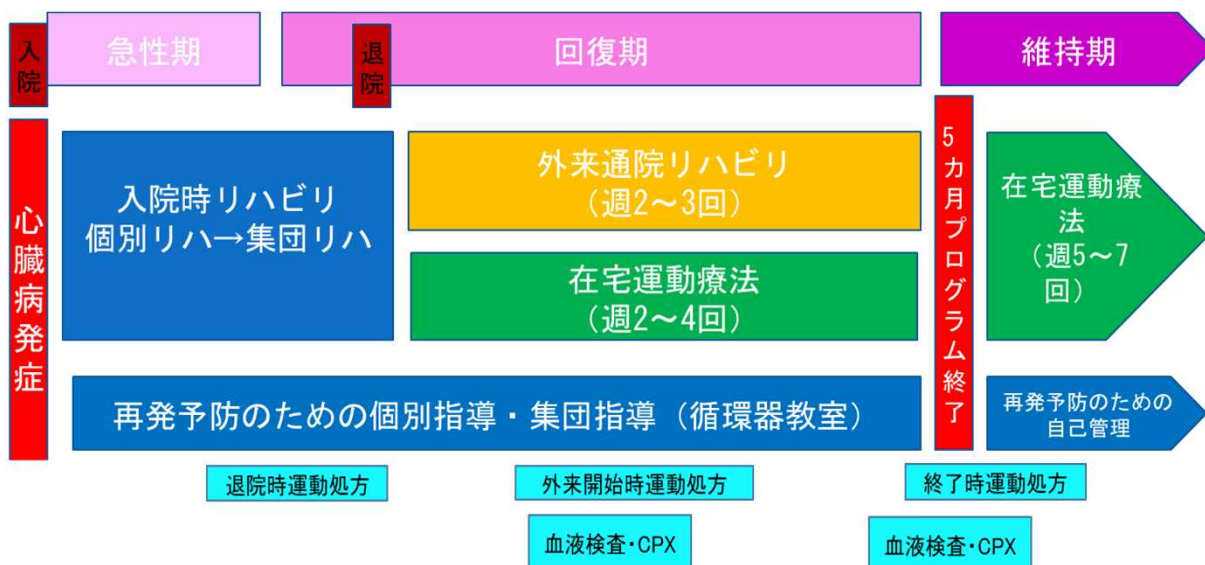
整理体操(ストレッチ)

↓

リハビリ診療(Dr.による問診)

血圧測定、セルフケア指導等

心リハ 3ヶ月(最大5カ月)プログラム



事例紹介

70代男性。心筋梗塞で入院治療後、退院された後も心臓リハビリテーションを4か月間、1回/週のペースで継続した結果、以下の効果が得られました。

	開始時	終了時
中性脂肪	153mg/dL	108mg/dL
HDL-c	47mg/dL	40mg/dL
LDL-c	139mg/dL	57mg/dL
HbA1c	7.3%	6.9%
CPX Peak VO2	949ml/min 3.5Mets 56%	1228ml/min 4.68Mets 74%
In Body SMI	7.9kg/m2	8.2kg/m2



80%未満で低体力状態
心臓リハビリテーション対象！

7.0kg/m2未満でサルコペニア

また、心臓病手帳にて自己管理ができ、散歩や筋トレの運動習慣を獲得され卒業されました！

～シリーズ第3弾 心臓機能障害の身体障害者手帳について～



ペースメーカー植え込み
でも1級とは限りません

医療ソーシャルワーカーからの
ワンポイントアドバイス

心臓機能の状態によりペースメーカーの植え込みが必要になることがありますね。そのことにより身体障害者手帳を取得できることもご存じだと思います。ここで注意が必要です。ペースメーカーを植え込んでも1級の身体障害者手帳が取得できるとは限らないのです。

以前はペースメーカー植え込みをすることで1級となっていました。しかし、平成26年4月1日に心臓機能障害（ペースメーカー等植え込み者）の身体障害認定基準が変わりました。

認定基準変更後は、ペースメーカーを植え込み、日常生活活動がどの程度制限されるかにより1級、3級または4級に認定され、一定期間以内に再認定を行うこととなりました。

患者さんから1級ではなくなったという声を聞くこともあるかと思いますが、認定基準変更によるものが理由です。