



心臓リハビリテーション（心リハ）について

人口の高齢化に伴い心臓病患者数が増え続けています。特に心不全患者数の増加が著しく、心不全パンデミックと呼ばれ、医療機関の枠を超えて地域社会全体における対策が望まれます。



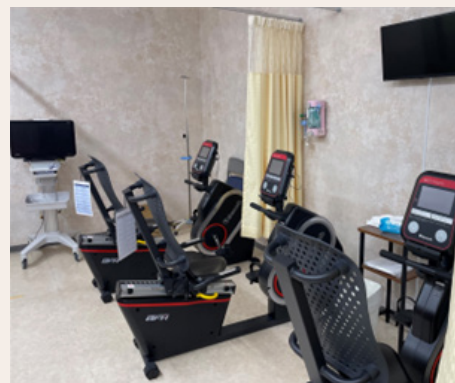
心臓病の治療は主に薬物療法（内服、点滴）と非薬物療法があります。非薬物療法には、カテーテル治療や外科手術などの治療を指します。その中に心臓リハビリテーション（心リハ）があります。心リハとは、心臓の病気を患った方が、再発予防や体力の回復を目的に行う包括的なプログラムです。運動療法を中心に、食事や生活習慣の指導やアドバイス、心理的サポートなどを組み合わせ、患者さま一人ひとりに最適な支援を提供します。

当院では、専門の医師・理学療法士・看護師・検査技師管理栄養士などがチームを組み、安全かつ効果的なリハビリテーションを実施しております。

医療保険制度による対象疾患は、

- ・心筋梗塞、狭心症
- ・慢性心不全
- ・心臓手術後（冠動脈バイパス手術、弁膜症手術）
- ・経カテーテル大動脈弁置換術
- ・大血管疾患（大動脈解離、解離性大動脈瘤術後）
- ・末梢動脈閉塞性疾患

です。上記疾患の場合は健康保険が適用されます。



当院の心リハ室

当院の主な心リハチームメンバー



医師、理学療法士、看護師、薬剤師、臨床検査技師

当院の治療について

【心大血管疾患リハビリテーションの目的】

心機能や全身の体力・筋力の回復：

運動療法によって、心臓の機能を高め、全身の筋力や体力を回復させます。

日常生活や社会生活への復帰：

適切な運動や生活指導を通して、患者さんが日常生活や社会生活にスムーズに復帰できるよう支援します。再発予防と生命予後の改善：病気の再発を予防し、健康寿命を延ばすことを目指します。

【心大血管疾患リハビリテーションの内容】

- ・運動療法：医師の診察をうけて血圧やモニター心電図を確認しながら、心臓に負担の少ない運動（有酸素運動や筋力トレーニングなど）を、専門家の指導のもとで行います。運動負荷検査（CPX）により個別の運動プランを作成します。
- ・生活指導：食事、運動、禁煙、ストレス管理など、生活習慣全般に関する指導を行います。日常生活で気をつけたいポイントや、心臓にやさしい生活習慣と一緒に考えます。ストレスの少ない過ごし方をご提案します。
- ・患者教育：病気や治療、再発予防などに関する知識を身につけるための教育を行います。

【心大血管疾患リハビリテーションの効果】

臨床研究では心リハにより再発や再入院を防ぐ効果が示されています。体力がつき運動を続けられるようになることで、心臓が悪くても体力づくりができます。階段の上り下りや買い物など、日常生活が楽になります。病院の中で専門スタッフが見守りながら運動できるので、不安なく安全に運動を続けられます。社会復帰をサポート仕事や趣味、外出など、元気に活動できるよう応援します。

CPX（心肺運動負荷試験）とは？

CPXは、運動中の心臓の異常の有無や心肺機能を調べる検査です。通常の安静時心電図ではわからない、運動による心臓の変化や異常を発見することができます。また、この検査を通じて心臓の状態を正確に把握し、適切なリハビリプランを作成し安全で効果的な治療・心リハを提供します。



CPX検査機器

よくあるご質問

Q1. リハビリは痛くないですか？

⇒ 痛みが出るような運動は行いません。安心して取り組みます。

Q2. 毎日通う必要がありますか？

⇒ ご自身の体調や生活に合わせて、無理なく通えます。頻度はスタッフと相談して決めます。

Q3. 自宅でもできることはありますか？

⇒ 自宅でも続けられるよう簡単な運動や生活の工夫など、スタッフがアドバイスします。



お気軽にご相談下さい

