

竜山内科リハビリテーション病院
Dr.松山に聞く!



The Interview of the Doctor

循環器疾患における生活の質を高めるには
心臓リハビリテーションが有効です

心筋梗塞、狭心症、心不全などの循環器疾患から回復し、社会復帰を目指す上で最近注目されているのが「心臓リハビリテーション」、略して「心リハ」です。「心リハ」の目的や内容、その有効性について、竜山内科リハビリテーション病院の松山公三郎先生に聞きました。

— 長期的・包括的な心リハで再発予防やQOL向上 —

— 心臓リハビリテーションとはどのようなものですか? —

松山 心筋梗塞や狭心症、冠動脈バイパス手術、心不全、大血管疾患、閉塞性動脈硬化症などの循環器疾患後にQOL(生活の質)を向上させ、病状を改善するために行うものです。かつては、早期離床を目的に、短期間の運動療法中心のリハビリテーションが中心でした。しかし現在では、さまざまな職種が協力しながら、長期的・包括的に行うことで、身体機能の改善のみならず、QOLの向上、更には再発を予防し長生きすることを目標としています。

— 生涯に渡って継続することが大切 —

— 具体的な流れを教えてください。 —

松山 心リハは、「急性期病院入院から退院までの概ね2週間の急性期」「社会生活への復帰を目指し、外来やリハビリテーション病院などにおいて行う概ね6カ月間の回復期」「社会復帰後、快適な生活を目標に生涯に渡って行う維持期」の3期に渡って行われます。急性期では、座位・起立訓練を経て歩行訓練に移り、状態が安定したら心肺運動負荷試験を行い、運動処方が決まります。その後、急性期病院を退院したらそれぞれで終わりではなく、回復期の病院や自宅に移ってから、生涯に渡って続けることにより、身体活動能力も心理状態も向上し、再発リスクを低下させることができます。

— 専門職種が協力・連携し身体的・心理的機能を改善 —

— 回復期における心リハの内容と有効性について教えてください。 —

松山 患者さんお一人お一人の状態に合った適切なプログラムに基づく運動療法を中心に、服薬指導、栄養指導、禁煙指導、生活指導、復職指導、心理カウンセリングなどを行います。大切なのは、医師だけでなく、看護師や理学療法士、薬剤師、栄養士、検査技師、臨床心理士、ソーシャルワーカーなどの専門職種がチームを組んで協力・連携し、アプローチをすることです。心リハには、運動機能の改善、脂質・糖代謝の改善、心機能、心筋虚血改善、骨格筋量・質の改善、自律神経機能の改善、換気機能の改善などさまざまな有効性が科学的に証明されています。

— 心リハを行う場合の注意点やアドバイスはありますか? —

松山 回復期以降の心リハは、入院もしくは在宅で通院しながらでも行うことができます。ただし、医師の診断のもと運動負荷テストなどを行いながら、患者さんに合った適切なプログラムを設定し、それに基いて行うことが大切です。心リハのゴールは、身体機能の向上のみならず、社会復帰と長期に渡り健康を維持することです。急性期を過ぎた方でも、決して遅すぎるといふことはありません。詳しくはご相談ください。



竜山内科リハビリテーション病院
循環器内科医師 院長補佐
松山 公三郎氏
・日本内科学会認定総合内科専門医
・日本循環器学会認定循環器専門医
・日本心臓リハビリテーション学会認定
心臓リハビリテーション認定医



医療法人 山部会

竜山内科リハビリテーション病院

(財)日本医療機能評価機構ver.5.0認定病院

理事長/山部英則

院長/本田 喬 院長補佐/清原英雄 増田武信 杉之原賢治 松山公三郎、岩本範博 副院長/青木 隆幸

診療科目/内科・循環器内科・消化器内科・代謝内科・神経内科・呼吸器内科・リハビリテーション科・放射線科・歯科

診療時間/9:00~12:30/13:30~17:30(月曜~金曜) 9:00~12:30(土曜) 休診日(日曜、祝休日)

居宅・介護サービス/●通所リハビリ ●訪問リハビリ ●訪問看護 ●訪問介護 ●訪問診療 ●居宅介護支援事業

●訪問歯科 ●グループホーム「響き」 ●住宅型有料老人ホーム「メディケアホーム ヒルズ竜山」

本館/南館/遊水公園、デイサービスヒルズ竜山遊水公園

その他/●人間ドック ●各種健診 ●無料出前講座 ●介護職員初任者研修機関

〒861-8072 熊本市北区室園町10-17 TEL:096-344-3311 http://www.ryuzan.or.jp

