

今回は、第一内科長の上北洋徳医師（写真1の左から3番目）にお話を聞いてみましょう。

**Q** 心臓リハビリテーション（以下、「心リハ」）について教えてください。

**A** 例えば、急性心筋梗塞や狭心症の治療には、冠動脈形成術（ステント治療）が行われ、心不全に対しては点滴治療が行われます。しかし、それだけでは寿命は改善しません。動脈硬化で詰まった血管を部分的に治療しても、糖尿病や高脂血症の治療、禁煙、適度な運動を行わないとまた別のところで動脈硬化が進行し、詰まってしまうことがあるからです。心リハは、運動療法や栄養指導、薬剤指導などを行うことで心臓病の再発や進行を予防し、元気に日常生活をおくるために必要な治療法の一つです。

心臓病の場合、安全かつ最適な運動の強さが患者さんそれぞれで異なります。このため心肺運動負荷試験を行い、患者さんにあった運動強度を決定しています。理学療法士といっしょに運動を行いながら、日常生活にも運動を取り入れていけるように練習します。また、糖尿病や高血圧、高脂血症の治療には、毎日の食事に注意することが大切です。管理栄養士より、塩分やエネルギー摂取量などについて具体的に話を聞いていただき、食生活を見直す機会を提供します。さらに、安全かつ継続して服薬ができるように、薬剤師から薬の作用や副作用、服用時の注意点などをお話させていただきます。

当院では、医師や看護師だけではなく、多くの職種が心リハに関与しています。たとえ心臓病になっても、QOL(生活の質)を維持して元気に生活できるよう、病院全体でお手伝いしています。



【写真1】医師・コメディカルスタッフ



【写真2】病棟スタッフ