

# 藤枝市立総合病院

## 心不全教育入院 始めました



多職種（医師、看護師、リハビリ、薬剤師、管理栄養士、検査技師）が連携して、  
**心不全発症予防をサポート**します



# 心不全教育入院

## 1. 心不全について

心不全は「心臓が悪いため、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気」と定義されています。心不全は一度発症すると、何度も再発しそのたびに身体機能が低下していきます（図1）。そのためまずは心不全を発症しないようにすること、また心不全になったことのある患者さんにおいては再発しないように努めることが極めて重要となります。

心不全発症予防には、まず患者さん自身に心不全についてよく知っていただくことが重要です。日常生活で注意すること、やるべきことを理解し実践していただくことが必要になります。そこで、患者さんに心不全に関する知識を深めていただき、心不全発症を予防し健康的な生活をおくっていただきたく、藤枝市立総合病院循環器内科では心不全教育入院をスタートすることとしました。

### 心不全における身体機能の経過

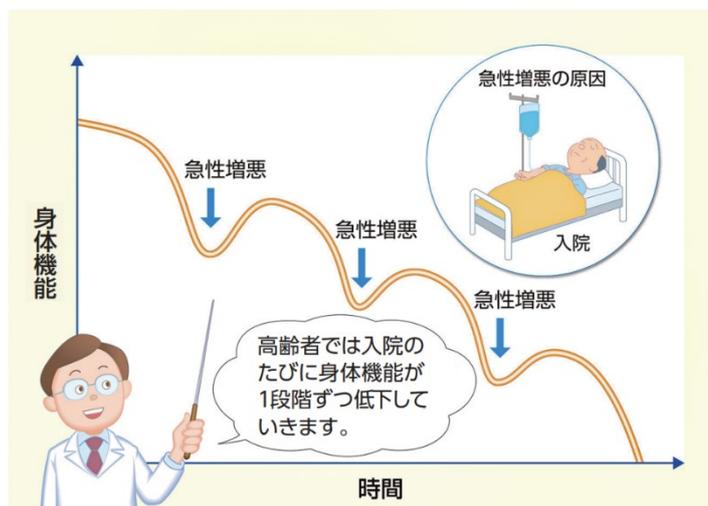


図1 心不全の経過 当院心不全管理ノートより抜粋

## 治療を継続する必要性



心不全は**一生つきあう**病気です

心不全をそのままの状態にしておくと心臓の機能が低下して長く生きられません。また、治療を行っていても水分・塩分制限などの自己管理が出来ないと心臓に負担がかかり心臓は長持ちしません。

## 再入院を減らす必要性



入院するたびに  
心臓・身体の機能は**低下**します

病院に入院すると心不全の症状は改善しても心臓・身体の機能は入院するごとに悪化します。

つまり…



心不全、再入院を防ぐのは  
**患者さん自身**です

## 2. 当院の心不全教育入院について

当院の心不全教育入院は3泊4日のプログラムとなっております。入院前に、一般的な検査（血液検査、胸部レントゲン、心電図、心エコー、CPX等）を行い、外来の心不全療養指導士から入院に関する説明を受けます。入院中は心不全の病態や評価について、医師や心不全療養指導士からの説明を聞いていただきます。同時に薬剤師や管理栄養士から服薬指導、食事指導があり、これは必要に応じてご家族にも一緒に受けていただくことができます。また入院中全日にわたり、心臓リハビリテーションを行います。入院前に心肺運動負荷試験（CPX）で測定した数値をもとに、自転車エルゴメーターを用いて心臓リハビリテーション指導士の指導の下、状態に合った適切かつ安全な運動を行います。

心不全発症を予防することができれば、つらい心不全症状が出てしまうリスクが減少し

ますし、入院となってしまう可能性も減少します。入院することがなければ、体力が低下し家族の助けや介護が必要となるリスクも低下します。市民の皆様に関心に関する正しい知識を持っていただき、健康で充実した生活をおくることができる一助となれるよう努力してまいりますので、心疾患をお持ちの患者さんはぜひご利用を検討してみてください。

## 心不全教育入院スケジュール

日付	／ (水)	／ (木)	／ (金)	／ (土)
経過	入院1日目	入院2日目	入院3日目	入院4日目・退院日
検査・診察		□採血、レントゲン、心電図 		
個別指導	看護師	<input type="checkbox"/> 入院生活の説明 <input type="checkbox"/> 心不全自己管理表について 	<input type="checkbox"/> 退院後の目標を共に設定していきます	□指導の振り返り
		<input type="checkbox"/> 心不全管理ノートを使用した指導 今までの生活を振り返りながら心不全との付き合い方を共に考えていきます 		
	栄養士	□栄養指導	／ ( ) 時 分～行います	
薬剤師		□薬剤指導	／ ( ) 時 分～行います	
血圧・体重測定	<input type="checkbox"/> 朝と夕にご自身で血圧を測定してください 日中、看護師も測定します 	<input type="checkbox"/> 起床し排尿後ご自身で体重測定を行ってください		
運動療法	リハビリ	□14時から心臓リハビリテーション室で行います		
安静度	院内自由です 病棟から出る際は看護師に声を掛けてください			
食事・飲水	減塩食(塩分6g制限食)を提供します 飲水量を測定していただきます			
内服	入院時、看護師が一度お預かりしますが、その後はご自身で管理していただきます			
清潔	シャワー浴ができます 			