

# 心臓リハビリテーションで早期社会復帰を目指す

心臓リハビリテーションは、**運動** **栄養** **心** からなるプログラムです。

心臓リハビリテーションとは、心疾患を持つ患者さんの体力と不安・抑うつ状態を改善し、早期社会復帰を目指して、運動療法・生活指導・カウンセリングなどを行うプログラムです。今回は「**運動**」にスポットをあて、リハビリスタッフが行う心臓リハビリテーションをご紹介します。



CPX 運動負荷試験

心電図、血圧、呼吸中の酸素、二酸化炭素の濃度を計測しながら運動（自転車こぎ又はベルトの上を走る）を行い、心臓だけではなく肺や運動に使われる筋肉などを総合的にみて運動耐容能（体力）を評価する検査です。



エルゴメーター Ergometer

自転車こぎ運動を行い、運動耐能（体力）改善を行います。心電図や脈拍、自覚症状を確認しながら運動の負荷量を調整する事が可能です。



ICU



病棟



リハビリ室



リハビリ室

## 筋力トレーニング Work out

身体を動かすのに必要な筋力の改善を行います。セラバンド（ゴムバンド）や重錘などを用いて全身の筋肉を鍛えていきます。患者さんの努力に応じて姿勢（立って行う、座って行う）や負荷の強さを調整します。

## ストレッチ Stretch

運動前後のストレッチは筋骨格系の怪我を予防するだけでなく、心臓への急な負荷をさけるためにも非常に重要です。時間をかけて全身の筋肉をストレッチしています。



ハートチーム(リハビリスタッフ)



ハートチーム  
理学療法士  
吉田 拓哉

当院ではICUの超急性期から外来までシームレスなリハビリテーションを提供し、患者さんの1日でも早い社会復帰支援に取り組んでいます。

### 対象となる方

- 狭心症の方(カテーテル治療後の方、カテーテル治療をしていない方いずれも対象です)
- 心筋 塞発症後、治療を終え退院した方
- 慢性心不全と判断されている方
- 心臓・大動脈の手術後の方
- 心臓・大動脈の手術を予定されている方
- 下肢閉塞性動脈硬化症と判断され跛行のある方

### こんな症状の方は是非ご相談ください

- 心臓の病気で入院や手術をしたことがある。
- 心臓の病気を持っていて、動くことに不安がある。
- 運動、旅行などやってみたくはあるが、心臓の病気が心配のためらっている。
- 息切れ、だるさがあり、病院で検査をしたが、心臓は問題ないといわれた。

地域医療支援病院/基幹型臨床研修病院



社会医療法人財団 白十字会  
**白十字病院**

〒819-8511 福岡県福岡市西区石丸4-3-1

TEL:092-891-2511(代)/FAX:092-881-4491



詳しい病院情報  
ホームページはこちら



「弁膜症スクリーニング外来」のお問い合わせ・ご予約は

●紹介状をお持ちの患者さん ▶▶ コールセンター(直通)

☎ 0120-19-8912

●医療機関からのご紹介 ▶▶▶ 地域医療連携課(直通)

TEL: 092-834-2507