

心不全患者へ心臓リハビリテーション  
チームで介入し行動変容に至った1例

# はじめに

- 心不全患者への心臓リハビリテーション  
運動耐容能改善 心事故減少 生命予後改善

日本循環器学会/日本心不全学会合同ガイドライン(2017改訂版) [http://www.jcirc.or.jp/guideline/pdf/JCS2017\\_tsutsui\\_h.pdf](http://www.jcirc.or.jp/guideline/pdf/JCS2017_tsutsui_h.pdf)

- セルフケアの獲得 生活習慣改善の理想的な場



心不全患者へ心臓リハビリテーションチームで介入する重要性

心臓リハビリテーションチームの介入を振り返る

# 事例概要

【診断名】うっ血性心不全 NYHAIV 慢性心不全ステージC

BNP557.8pg/ml EF46% 左脚ブロック波形(QRS154msec)

肺うっ血・心拡大

【現病歴】入院2日前より労作時呼吸困難感

安静時にも呼吸困難感が出現したため救急要請

# 生活状況

【家族構成】 独居 頼れる親族なし

【職歴】 無職

【健康行動】 通院歴なし  
定期健診を受けていない  
喫煙 多量飲酒

# 入院中の経過

入院

退院

酸素療法 →

薬物療法 →

疾患について  
心不全の病の軌跡について  
生活調整  
セルフモニタリングについて  
服薬指導・栄養指導

病棟リハビリ

2  
0  
0  
m  
歩  
行

集団リハビリ

# 退院時の問題点

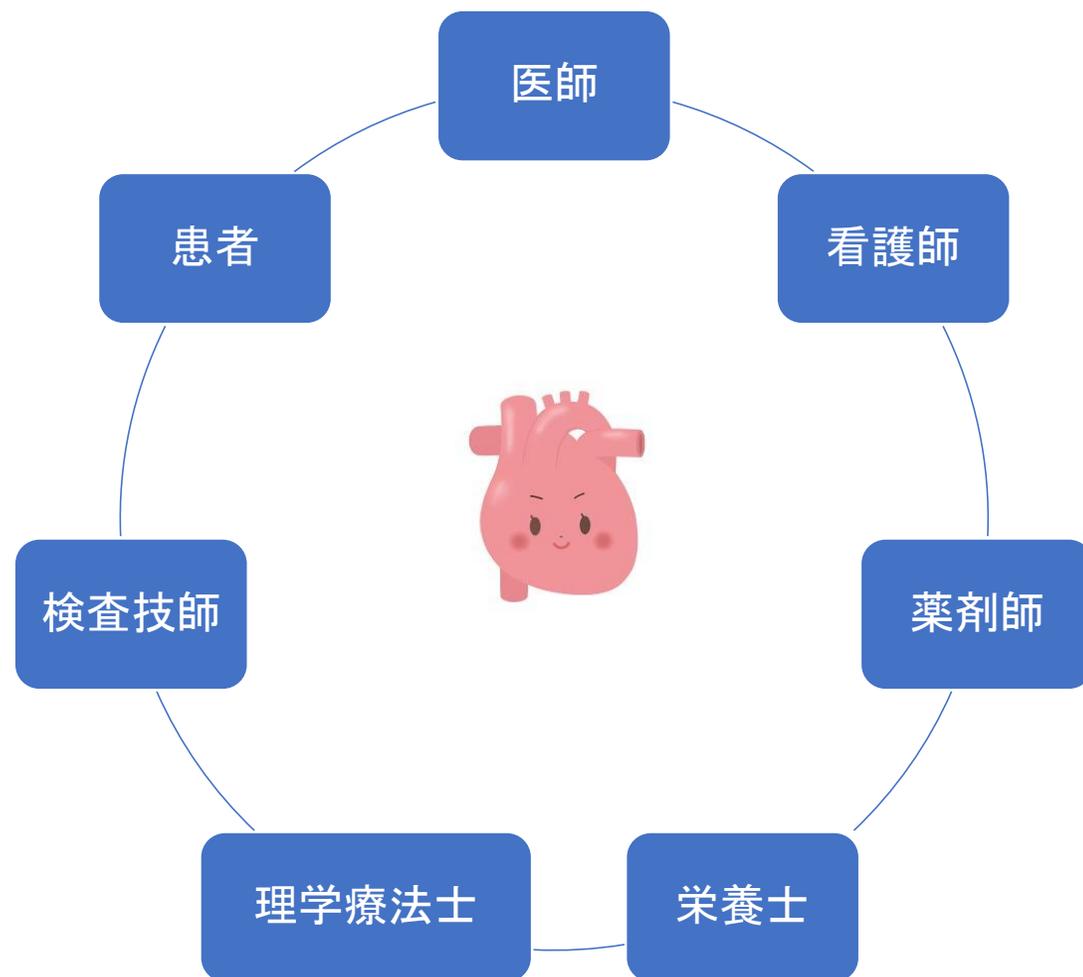
## 【問題点】

- 喫煙 多飲習慣
- 促されないと内服できない
- 促されないと血圧測定・体重測定ができない  
⇒心不全手帳への記載も看護師が促す
- 療養生活を支えるキーパーソンの不在

# 課題

## 【目標】

- ・ 確実な服薬
- ・ 心臓リハビリテーションへ通院



# チームでの介入の実際

入院

退院

## 通院リハビリテーション(2回/週)

- ① 血圧・体重計の購入、測定・記録方法の指導
- ② 栄養指導
- ③ 節酒の指導
- ④ 禁煙指導
- ⑤ 運動療法

3カ月後  
多職種  
カンファレンス

5カ月後  
多職種  
カンファレンス

# 3カ月後カンファレンス

医師

- ・慢性心不全 HFmrEF46% ・左脚ブロック
- ・アルコール性心筋症疑い **・退院後、心不全の増悪はない**

理学療法士

- ・エルゴメーター25W 20分
- ・SPPB 立位バランス1点 歩行3点 立ち上がり1点7 計5点
- ・右膝の機能障害 SPPB5/12

看護師

- ・**禁煙を実施** **・節酒**
- ・**血圧計を購入** **心不全手帳へ毎日の血圧・体重を記載**

管理栄養士

- ・必要カロリーー1400kcal/日 **・推定塩分摂取量6.8g/日**
- ・食卓に梅干を置かないようにした **・外食・汁物の摂取が多い**

薬剤師

- ・残薬調整は実施していない
- ・**服薬アドヒアランス良好**

検査技師

- ・CPX AT-1min 19W(2.16METS)→18W(2.05METS)
- ・**心エコーEF30%→55%**
- ・体組成検査:骨格筋不足 体脂肪過多

# 5ヵ月後カンファレンス

医師

- ・ 慢性心不全 HFmrEF46% ・左脚ブロック
- ・ **心不全の増悪はない**

理学療法士

- ・ エルゴメーター30W 20分
- ・ SPPB 立位バランス1点 歩行3点 立ち上がり3点 計7点
- ・ SPPB7/12 全体的に少し改善

看護師

- ・ **禁煙・節酒を継続**
- ・ **心不全手帳へ毎日の血圧・体重を記載を継続**

管理栄養士

- ・ 必要カロリーー1400kcal/日 ・推定塩分摂取量5.0g/日
- ・ **外食・丼物の摂取が多い** ・節酒

薬剤師

- ・ 残薬調整は実施していない
- ・ **服薬アドヒアランス良好**

検査技師

- ・ **CPX AT-1min 19W(2.16METS)→18W(2.05METS)→25W**
- ・ 心エコーEF30%→55%→51%
- ・ 体組成検査:骨格筋不足 体脂肪過多

# 結果

- セルフモニタリング習慣の獲得
- 節酒への取り組み
- 禁煙に成功
- 運動習慣の獲得



再入院がなく自宅療養

# 考察

- 退院後の患者の課題を明確にして外来看護師に引継ぎ、シームレスに関れた
- 患者が抱える生活上の問題をカンファレンス時に多職種と共有しタイムリーに介入できた

# まとめ

患者が抱える問題を心臓リハビリテーションチームの多職種が共有し介入したことが、患者の行動変容に繋がった

ご清聴ありがとうございました