

INTRODUCTION

心大血管疾患リハビリテーション施設紹介

vol. 1

紹介施設

大垣市民病院

Ogaki Municipal Hospital

“場のパワー”が秘訣 心リハが楽しければ自然と継続につながる



患者様が心リハを継続するには“場のパワー”が一番重要だと循環器科部長の坪井英之医師は言う。楽しくなければ続かないのは当然で、心リハが楽しいと感じれば患者様は自主的に参加するようになる。「同じことをするなら、楽しい方が良いに決まっている」という考えをスタッフ全員が共有し、実践している。

その言葉の通り大垣市民病院の心リハには笑顔が絶えない。“リハビリ室”というよりも“コミュニケーションの場”とも思えるような雰囲気が、結果的にリハビリの継続につながっている。



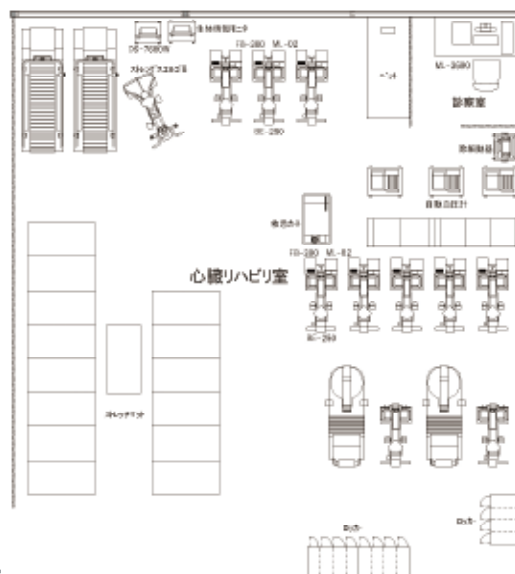
病院概要

所在地	岐阜県大垣市
病床数	888床
1日平均入院患者数	812名 (平成18年度)
1日平均外来患者数	2463名 (平成18年度)
年間PCI件数	775症例 (平成19年)



心リハ施設概要

施設基準	I
面積	90㎡
開設時期	平成18年11月
その他	<ul style="list-style-type: none"> ●リハビリ室をパーティションで仕切って使用 ●心リハ時間以外は運動器リハなどに使用



リハビリ室

●リハビリ室使用機器

心電図モニタリングシステム	運動負荷心電図監視システム ML-3600	1台
	生体情報モニタ DS-7680W, 他	2台
エルゴメータ	エルゴメータ BE-250, 他	10台
	リカンベントタイプエルゴメータ	2台
	OW負荷対応エルゴメータ ストレングスエルゴ8	1台
トレッドミル		2台



●患者数

患者数	25人～30人/回	病態	心筋梗塞・狭心症	60%
			拡張型心筋症	30%
入院/外来	ほぼ外来		末梢動脈閉塞性疾患	10%





● スタッフ総人数

医師	1人	理学療法士	4人
看護師	1人	管理栄養士	1人

リハビリ1回あたりのスタッフ

医師	1人	理学療法士	3人
看護師	1人		

リハビリテーションの流れ

スケジュール

実施日	月・水・金
時間	15:00~17:00
カンファレンス	1回/月

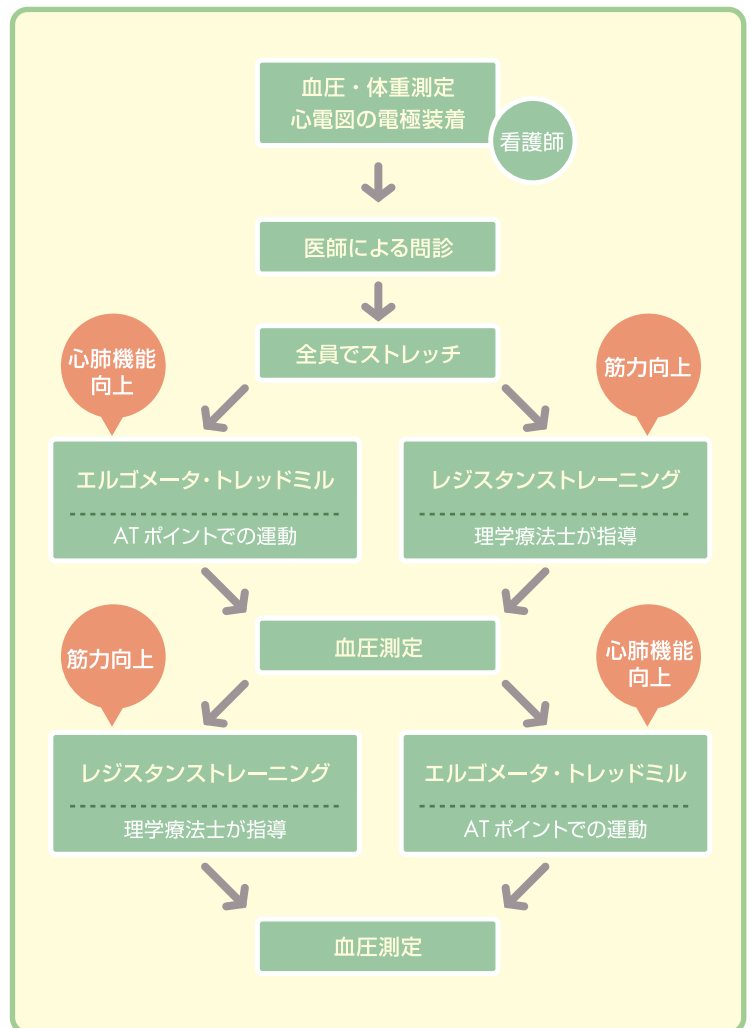
※予約制にはしているが参加、キャンセルともに自由で、患者は参加したい日に自由に参加できるシステムを採用。



エルゴメータを使用した有酸素運動



レジスタンストレーニング



エルゴメータでのリハビリは心肺運動負荷試験 (CPX) で求められた嫌気性代謝閾値 (ATポイント) に基づいて処方されている。血圧測定、問診などの後、全員でストレッチを行い、2グループに分ける。1グループはエルゴメータやトレッドミルを用いた有酸素運動を行ない、もう1グループは理学療法士の指導のもとレジスタンストレーニングを行う。リハビリ途中での血

血圧を測定し、今度は交代してそれぞれレジスタンストレーニングとエルゴメータなどを使用した有酸素運動を行なっている。外来でリハビリに訪れる頻度は特に指示しておらず、時間がある人は週に3回参加したり、時間的制約のある人は1回など、患者自身の自主性に任せている。

入院患者の心リハ

入院患者の心リハは基本的に病棟で行なっている。座位、立位、歩行と段階的に負荷を上げていき、200m歩行試験で心電図などにも問題なくクリアした患者には心リハ室でのリハビリを処方する。心リハ室があいている時間をみてエルゴメータでの運動などを行なうが、外来リハの雰囲気を知ってもらうために外来リハに合流してリハビリを行うこともある。

医師、理学療法士が話し合っ、て、退院後の継続が効果的だと判断した患者には入院中からパンフレットなどを使って説明し、外来心リハをすすめている。

工夫していること

心リハを行なっている理学療法士が整形リハや脳リハのベテランなので、循環器以外にも疾患をもった患者にもきめ細かいケアが行なえる。立位保持能力が低下している患者にはチルトテーブルを利用した、軽い立位負荷訓練から開始し、歩行訓練へ移行している。また、患者がリハビリに飽きてしまわないように、理学療法士も順番でレジスタンストレーニングを担当したり、使用するエルゴメータやトレッドミルの種類を変えてみるなどの工夫をしている。



今後取り入れたいリハビリ

- 和温療法：ASO（閉塞性動脈硬化症）の患者など、運動すらできない患者もいるのでそういう人を対象に外来での和温療法を取り入れたい。
- 太極拳：呼吸法の訓練に良いと考えている。リハビリに変化もできるので飽きずに継続できるという効果も期待できる。

comment

心リハを始めるにあたっての苦労

苦労というわけではないが、患者がきてくれるか、満足して続けてもらえるかという不安があった。しかし、その不安は半年やってみたらまったくなくなった。最初は受け持ちの外来患者に心リハを紹介していたが、いまでは入院からの継続患者だけでキャパシティがいっぱいになってしまっているという状況。スタッフ全員で作りだす“場のパワー”のおかげで多くの患者が心リハを継続し、症状、体力の改善を実感している。



循環器科部長
坪井 英之先生