地域医療支援病院　大阪府がん診療拠点病院
社会福祉法人 恩賜財団 大阪府済生会千里病院

花はな 水みず 木き

広報誌
Vol.41
2019.11
TAKE FREE
〖ご自由にお持ち帰りください〗

特集

心臓リハビリテーション

行動規範：**心のこもったチーム医療を行う。**

使命：
1. 私たちは、生活困窮者への医療を積極的に支援します。
2. 私たちは、地域医療・救急医療に貢献する急性期病院を実現します。
3. 私たちは、ひとりひとりに最適な医療を心を込めて提供します。
4. 私たちは、対等な立場でお互いを尊重し、理解を深めるように努めます。
5. 私たちは、自ら想像し、チャレンジし、創造していきます。

将来のありたい姿：職員がやりがいと成長を楽しめ、地域に信頼され、喜ばれる急性期病院となる。

価値観：「やさしさ」「笑顔」「利他」「チームワーク」

心臓リハビリテーション

特 feature 集

心臓リハビリテーションとは

心血管病の患者さんは心臓機能の低下とそれに伴う身体活動の制限から、運動能力や身体調節機能が低下しています。心臓リハビリテーションとは、①心血管病の患者さんが体力を回復させ、精神面で自信をつけ、快適な社会生活をおくること、また②病気に対する正しい知識を得て、生活習慣を見直し、改善を図ることにより再発を予防することを目的とした医療プログラムのことです。

脳梗塞後のリハビリテーションとの違い

“リハビリテーション”と聞くと、脳梗塞後の運動機能の回復訓練などのイメージがあるかも知れません。心臓リハビリテーションでは医師・看護師・理学療法士・薬剤師・管理栄養士・検査技師などの多職種の心臓リハビリテーション専門スタッフが多面的な介入を行います。個々の患者さんに合わせて運動療法だけでなく、薬物療法、食事療法、禁煙等の生活習慣についての指導やカウンセリングを行います。

心臓リハビリテーションの対象となる疾患

急性心筋梗塞だけでなく、狭心症、慢性心不全、開心術後、大血管疾患術後、閉塞性動脈硬化症等の多くの心血管病が対象となります。

心臓リハビリテーションの効果

- 運動能力が向上し、楽に動けるようになります。
- 動脈硬化のもとになる冠危険因子（高血圧症、糖尿病、脂質異常症、肥満）の改善が期待でき、動脈硬化の進展を防ぐことができます。
- 狭心症や心不全の症状が軽くなります。
- 自律神経機能の改善が期待できます。
- 血管内皮機能の改善が期待できます。
- 不安やうつ状態が改善し、快適に生活できるようになります。
- 心血管病の悪化や再発が減少し、死亡率や再入院が減少します。

当院心臓リハビリテーション室で行っていること

（1）運動療法

心臓リハビリテーション専門スタッフの監視のもとで症状、脈拍、血圧、心電図を確認しながら運動を行います。最初は軽い運動から始め、運動能力の向上に合わせて運動の種類、強度、時間を調整していきます。最終的には自宅や地域において一人で安全に運動療法ができることを目指します。

（2）個別面談

これまでの生活習慣の問題点、退院後の日常生活の注意点、心血管病に対する不安感や抑うつ感等について個別にカウンセリングを行います。

（3）心臓病教室

心血管病とうまく付き合っていくためには正しい知識が必要です。心血管病に関して、また再発予防のための薬物療法、食事療法、禁煙の重要性、日常生活の注意点等について学習します。当院では心臓リハビリテーション室において毎週水曜日11時30分から心血管病に関する講義を行っています。ご予約は不要ですので、お気軽にご参加ください。

（4）心肺運動負荷試験

運動中の心臓および肺の機能を測定する検査です。段階的にペダルが重くなる自転車を限界までこぐことにより、現時点でどの程度まで運動ができるのか（最大の運動能力）、またどの程度の運動までなら安全に行えるのか（有酸素運動の限度）がわかります。この結果から個々の患者さんに最も適した運動の強さを決め、心臓リハビリテーション計画書を作成し、病状に応じた運動療法を行います。その後も定期的に心肺運動負荷試験を実施し、心臓リハビリテーションの効果判定を行います。次の検査で運動能力が向上していれば、大きな励みになります。

心臓リハビリテーションはいつまでするのか

- 厚生労働省が定める保険診療では、心臓リハビリテーションの実施期間は基本的には150日以内（約5か月間）と定められています。
- 当院での心臓リハビリテーション期間が終了したのちも、自宅や地域において病状に応じた運動習慣や生活習慣を維持・継続していくことが重要です。

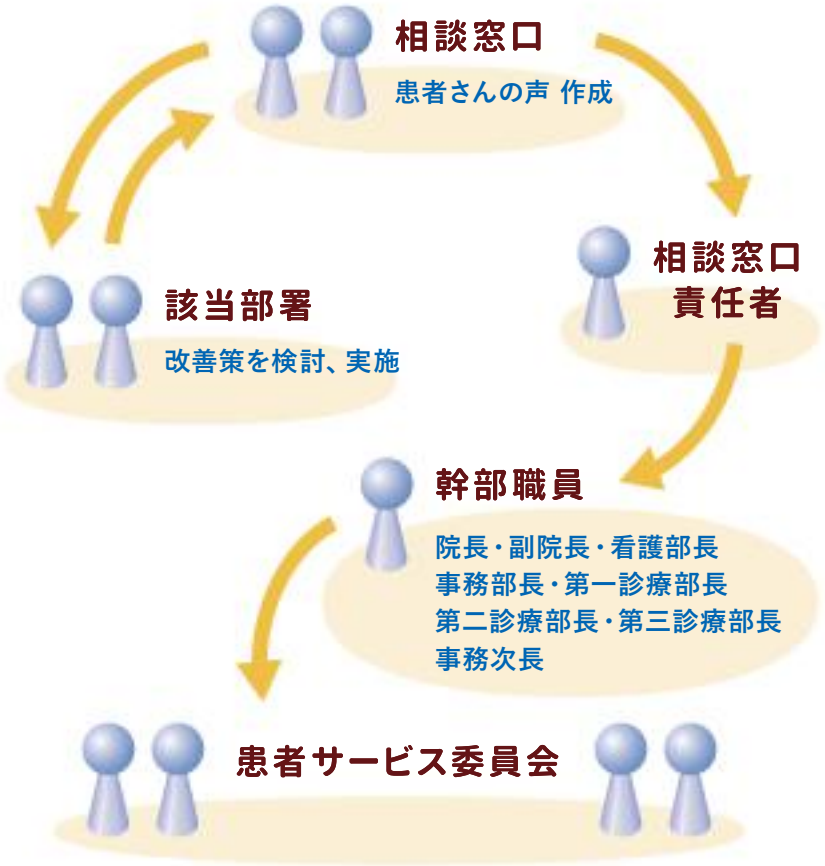
当院の心臓リハビリテーションチームのメンバーは多職種から構成されています。定期的にミーティングを行い、個々の患者さんの情報を共有するとともに、専門職の立場からお互いに意見交換しながら、より質の高い医療を行うことを目指しています。また当院の行動規範である“心のこもったチーム医療”を心掛けています。多くの患者さんに心臓リハビリテーションに参加していただき、快適に社会生活を送っていただけるように日々研鑽しております。心臓リハビリテーションについてもっと知りたい方、運動療法や生活習慣について不安なことや不明な点がある方はお気軽にご相談ください。

患者サービス委員会

当院では、患者さんやそのご家族の方々から病院に対するご意見やご要望、苦情等については窓口を設け、患者さんの声として、大切に取り扱いさせていただいております。

その内容については、患者さんの個人情報保護等に留意し、患者さんや相談される方に不利益にならないように対応させて頂いております。

患者さんやそのご家族の方々からの窓口で直接のお申し出（電話含む）や意見箱への投函、郵送やメールでのお申し出を報告書にまとめたものが「患者さんの声」になります。



《 患者さんの声のゆくえ 》

① 相談窓口担当者は相談内容を聴取し「患者さんの声」を作成します。

② 作成した「患者さんの声」はその相談内容の該当する部署へ報告し改善を依頼します。

③ 該当部署はその内容を的確に把握しすぐに改善しないと危険が伴うものについては早急に対応します。また、構造的な理由ですぐに改善ができないものや、経過措置的なことしかできない場合は、所属長より「患者さんの声」にその理由等の回答があります。

④ 該当部署から相談担当者へ「患者さんの声」が返却されたら、相談窓口責任者の経由で幹部職員へ回答します。

⑤ 上記の手続き後、「患者さんの声」として、月１回開催される患者サービス委員会でより良い改善策を検討しています。

無料低額診療事業のご案内

医療費の不安なく
治療に専念していただけます。

「無料低額診療事業」は、安心して治療を継続していただくための、社会福祉法に基づく事業です。
世帯収入が一定基準に満たない方を対象に、当院の医療費を免除もしくは減額しています。

急な入院で費用が不安です

三人家族 父親の突然の入院と休業

子供を含めた三人家族の相談
収入の目安は20万円程度

高齢者の二人暮らし

年金二人暮らし世帯の相談
収入の目安は15万円程度

お問い合わせ

大阪府済生会千里病院
患者支援センター
代表電話 **06-6871-0121**

受付状況によりお待たせする場合がございます。予めご了承ください。

相談時間
平日 10時～16時
土曜日 10時～12時

▶ まずは当院の**患者支援センター 福祉相談室**にご相談ください

▶ 相談時は収入状況がわかる資料をご持参ください

行事予定

済生会千里病院　2019年11月～12月

糖尿病教室

いずれも13:00～

❶ **11月5日**(火)「運動のQ&A」
「糖尿病腎症について」

❷ **12月3日**(火)「糖尿病の食事療法」

【開催場所】 災害管理棟1階 会議室1

☎お問い合わせ …… 栄養科 06-6871-0121 内線208

心臓病教室

毎週水曜日 11:30～12:00

【開催場所】 病院4階 心臓リハビリテーション室

☎お問い合わせ …… 心臓リハビリテーション室
06-6871-0121 内線680

北千里地区公民館主催健康講座

11月9日(土) 13:30～

「冬に気をつける体の危険なサイン」

「腰部脊柱管狭窄症と診断されたら～
じゃあ、どないしたらエエねん～」

【開催場所】 北千里地区公民館 2F 大会議室

☎お問い合わせ …… 北千里地区公民館 06-6834-2921

南千里地区公民館主催健康講座

（※事前予約制 200名）

12月7日(土) 13:30～

「冬に気をつける体の危険なサイン」

「知っておきたい顎関節の病気」

【開催場所】 千里ニュータウンプラザ 2F 大ホール

☎お問い合わせ …… 南千里公民館 06-6833-5153

吹田市山三地区主催市民健康講座

（※先着50名 予約不要）

11月30(土) 13:00～14:00

「大腸がんの外科的治療」

【開催場所】 山三地区公民館

☎お問い合わせ …… 山三地区公民館 06-6878-9979

母親教室

毎月2回（第1木曜日・第3土曜日）

【開催場所】 病院3階デイルーム

☎お問い合わせ …… 産婦人科外来 06-6871-0121

まちの保健室

毎月第3水曜日

【開催場所】 OPH 千里佐竹台Ⅱ集会所

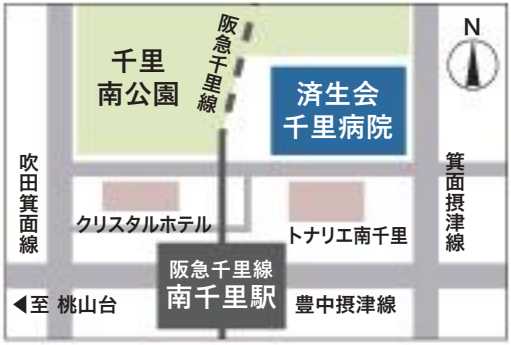
☎お問い合わせ …… 3階病棟・助産師 06-6871-0121

※ 急きょ予定が変更される場合があります。予めご了承ください。

地域医療支援病院　大阪府がん診療拠点病院

社会福祉法人
恩賜
財団 大阪府済生会千里病院

〒565-0862 大阪府吹田市津雲台1丁目1番6号
TEL:06-6871-0121　FAX:06-6871-0130
ホームページ　http://www.senri.saiseikai.or.jp/

アクセス
▷電車……阪急千里線「南千里駅」下車すぐ　北大阪急行線「桃山台駅」からバスで約10分
▷車……院内駐車場をご利用ください（有料）

駐車場の利用料金については、当院ホームページでご確認いただくか、来院時に受付でお訪ねください。