

心リハ通信

H27.5月号

巻頭言

連休明け、初夏のような天気が続いております。心リハ室での取り組みや勉強会のサマリーを院内の皆さまへ広く知っていただくことを目標に、心リハ通信を創刊します。当院は昨年全国で13番目の心臓リハビリ指導士研修生受け入れ施設として心リハ学会から認定されました。栃木県内外から研修生を1週間受け入れて研修を行い、毎年7月に行われる心リハ指導士試験に合格するための支援をいたします。心リハは、院内の多くの職種の方々の協力を得て少しずつ成長しております。今後ともご支援よろしくお願い申し上げます。

心リハ部門長 安隆則



上半期の行事

- 4月1日 新卒（永坂PT）と石川Dr（助教）が新た心リハスタッフに加わりました
- 4月17日 第6回栃木心血管リハビリテーション研究会（宇都宮）参加者120名
- 5月16日 インドネシア医師4名が当施設とリハビリ室を見学予定
- 6月12日～13日 第17回日本医療マネジメント学会（大阪）藤原Ns発表予定
- 7月18日～20日 第21回日本心臓リハビリテーション学会（福岡）
田村・江原PT、須藤OT、安、清水、上野Dr.発表予定
- 8月下旬～ 心臓リハビリ指導士研修生 受け入れ開始

CR NEWS

- ♡3月15日に行われた「第18回栃木県理学療法士会学術大会」において落合PTが口演発表を行い、会長奨励賞を受賞しました！おめでとうございます
- ♡PT高橋が今年の心臓リハビリテーション学会で発表した「慢性血栓性肺塞栓症に対するリハビリテーション」が雑誌心臓リハビリテーション2015に掲載されました。執筆お疲れ様でした
- ♡3月23日に行われた「日本腎臓リハビリテーション学会」会長企画シンポジウム「内部障害リハビリ医療における骨格筋電気刺激の新展開」において、安教授が座長、田村PTがシンポジストとして務められました。立ち見が出るほどの盛況であり、多くの注目を実感しております。お疲れ様でした。
- ♡上野Dr.が科研費若手Bに採択！「慢性心不全における運動療法効果を阻害する因子の検討」日光発の心リハエビデンスを発信しましょう。おめでとうございます。

表紙の写真：心リハ室前に飾られた満開の皐月（品種明日香）
外来CR患者様のご厚意により盆栽や植木が展示されています

多職種カンファレンス：毎週月曜日 16：10～
電気刺激オープンカンファ：第2・4火曜日 18：00～

多職種カンファレンス

2015/4/27 担当：高橋PT

84歳。女性。慢性血栓塞栓性肺高血圧症（CTEPH）にてBPA1回施行した患者様。その後のBPA希望されず、右心不全、CTEPHにて再入院歴あり。整形外科受診時に酸素3LでSpO₂ 71-81%、入院となる。胸椎・腰椎圧迫骨折があり、コルセット完成より離床をすすめている。現状、HOT(4L)使用し、40m歩行見守りレベル。入院前はデイサービス週2回利用以外はほとんど自宅で臥床。日中は1人。酸素が入院前と同じとなるのか、入浴は可能なのかを家族は不安に思っている様子。トレプロスト(PGI₂誘導体)持続皮下注開始予定であり、PH↓の治療効果を期待している。皮下注射のため痛みを伴うが、以前のカテーテルよりは感染リスクは低い。退院後、家族に腹部注射依頼、セコムで管理予定。本人の理解は不十分な印象であり、当院としても初めて使用する薬剤のため、操作法、副作用、対処法等をどのように説明・フォローしていくかが重要である。今後、自宅退院へ向けて、まずは家族の意向を確認し、デイサービスの利用回数の増加や訪問看護などサービス調整をケアマネとを行い、退院前にカンファレンスを検討する。不安障害や鬱などもあることから、適正なサービス調整が重要である。



論文紹介

骨格筋電気刺激オープンカンファ

4月10日 (田村PT)

Dobsak P, et al : Intra-dialytic electrostimulation of leg extensors may improve exercise tolerance and quality of life in hemodialyzed patients. Artif Organs 2012;36:71-8

透析中の下肢電気刺激・エルゴメータ運動および安静を比較した論文。既に有用性が認められている透析中のエルゴメータと同様に下肢電気刺激は運動耐容能・筋力・QOL・透析効率の改善に効果的であった。

当院でも透析中の運動療法を行っており、下肢電気刺激療法とエルゴメータを併用しています。そのため論文の結果を上回る相乗・相加効果を期待しています。

心リハ ワンポイントレッスン

1、Calf raise (カーフレイズ)

Calf：ふくらはぎ Raise：あげる

ふくらはぎ（下腿三頭筋）は第二の心臓と言われるほど、身体の骨格筋において特に重要な筋肉です。心臓は全身に血液を送る働きがありますが、ふくらはぎは下肢の血液を心臓へ戻す働きがあります。その為、ふくらはぎを鍛えることで、全身の循環力を補い、心臓の働きを助けます。

- ・ベッド上：足関節の底背屈運動
- ・立位：手すり等につかまり両足で爪先立ち
- ・さらにできる方：片足立ちでTRY



それぞれ20回を1セットでご指導ください

編集後記

第1号を発刊するにあたり、心リハの様々な取り組みや内容を院内の皆さまへ広く知っていただけることを目標に構成しました。各科を問わず、実際の心リハ室を是非覗きにいらしてください。