

JCHO SAURS

ジェイコー  
サウルス  
通信

C O N T E N T S

新任の挨拶… 2

心臓リハビリテーションが始まりました… 2・3

附属老健デイケア農園について… 4

December, 2021

Vol. 18



病 院 の 理 念

地域に根ざし、地域から愛される病院  
『親切』『信頼』『進歩』

基 本 方 針

真心と笑顔で接します  
良質で安心な医療・介護を提供します  
地域医療、地域包括ケアを推進します  
救急医療・回復期医療を充実させます  
ニーズに沿った環境を作ります  
知識と技術の向上をめざし、自己研鑽に努めます



独立行政法人  
地域医療機能推進機構

JCHO福井勝山総合病院



## 山下 順貴 消化器内科医師

本年10月よりお世話になっております。消化器内科の山下です。消化器内科領域を中心に内科一般の診療を行ってまいります。至らぬ点もあるかと思いますが、奥越地域の皆様によりよい医療を提供できるよう、精一杯努めさせていただきます。よろしくお願いいたします。

## 9月から 心臓リハビリテーションが 始まりました



### 心臓リハビリテーション（心臓リハビリ）とは？

狭心症や心筋梗塞、心不全などの心臓病の患者さんが、体力を回復し、快適な日常生活や社会生活に復帰するとともに、再発や再入院を予防することを目的に行なう総合的な活動プログラムのことです。

上記のような心臓病を発症すると、心臓の機能が低下するだけでなく、体を動かさない時間が増えるため、全身の筋力が低下します。また、これらの心臓疾患は生活習慣病が原因で発症することが多く、食事や運動などの不十分な管理により再入院を繰り返すことが知られています。心臓リハビリでは、患者様の体力に合わせた運動に加え、食事や生活習慣の見直し・改善を図り、ご自身の病気に対する正しい知識を身につけていただき、再発を予防できるようサポートします。

### 心臓リハビリの内容は？

#### ●運動療法

患者さんの体力や筋力に合わせた有酸素運動（ウォーキングや自転車エルゴメーター）や筋力トレーニングなどを行います。なお、運動前後には準備運動や整理体操を、運動中は心電図を記録することで、安全に配慮し実施しています。



## ●生活習慣や心臓病に関する学習

ご自身が発症された心臓病がどのような病気か知っていただき、再発予防や悪化予防のための学習（食事や服薬、生活上の注意点など）を心臓リハビリスタッフとともに行ないます。これに加えて、退院後の生活や職場復帰への不安がある方は相談していただき、安心して生活が送れるようサポートします。



### どのような効果があるの？

これまでの研究で心臓リハビリの効果は広く証明されています。

- 運動能力・体力の向上により、日常生活で心不全の症状（息切れなど）が軽くなる
- 筋肉量が増えて楽に動けるようになり、心臓への負担が減る
- 心臓の機能が良くなる
- 心不全悪化による再入院を減らす など

### 対象となる（医療保険が適用となる）疾患は？

急性心筋梗塞、狭心症、開心術後（弁膜症に対する手術後など）、大血管疾患（大動脈解離など）、慢性心不全、末梢動脈閉塞性疾患（動脈硬化により下肢の血管が狭くなり、歩く時に痛みが出現する病気）が対象となります。心臓リハビリ開始から150日の期間が医療保険の適用となります。

### 当院心臓リハビリチームの活動と方針

当院では、循環器内科医師を中心とした心臓リハビリチーム（その他、看護師、管理栄養士、理学療法士）で月2回程度のカンファレンスを開催し、患者さんの治療方針や退院後の生活について検討しています。

新型コロナウイルス終息後には心不全教室の開催を計画しております。心不全が悪化しないよう管理するには周囲の協力が不可欠です。患者さんだけでなく、ご家族の方も一緒に参加していただければと思います。



近年、高齢者の増加に伴い、高齢心不全患者さんが大幅に増加する「心不全パンデミック」が注目されています。奥越地区でも高齢化が進んでいる中、心不全の患者さんが増加し、心臓リハビリのニーズも高まってくるのが予測されます。心臓リハビリを希望される、または必要とされる患者さんがいらっしゃいましたら、循環器内科までご相談ください。また、心臓リハビリに興味がある医療・介護従事者の方がいらっしゃれば、お声かけいただければ幸いです。

高齢の心不全患者さんでも心臓リハビリを行うことで、体力や筋力、日常生活動作などの改善が期待できます。「高齢で心不全だから動けない」とあきらめずに、お気軽にご相談ください。

文責：リハビリテーション科 理学療法士 坪田



# 附属老健 デイケア農園

～美味しい野菜がいっぱい～

☆収穫と種まきの様子☆

当院附属老健の通所リハビリテーションでは利用者様と協力して『デイケア農園』をさせていただいています。

春から秋にかけての活動をお伝えします。



春には利用者様に教わりながら畑を耕し、保育園児の皆さんと一緒に肥料まきや、種まきを行いました。



夏には玉ねぎ、ジャガイモなどの夏野菜。

秋には大根や水菜、白菜、カブ等、いろんな種類の種をまき、デイケアの利用者様も作物の成長が楽しみなようで、来所するたびに畑の様子を覗かれています。



収穫は、保育園児の皆さんと一緒に楽しみました。

穫れたてのお野菜は、おみそ汁やおひたし、酢の物などにしてみんなでおいしくいただきました。



## ★11月1日から対面面会を始めました★

今まで当院附属老健では、リモート面会のみでの面会を行ってききました。緊急事態宣言が解除されコロナ感染者が減ってきている状態を踏まえ、対面面会を開始していきます。まだ、直接の面会に至ってはいませんが、その時々の様子にあった対応をしていきます。



※写真はイメージです

### 患者様の権利と責務

#### 患者さまの権利

- 安全で良質な医療を平等に受ける権利があります。
- 診療内容について理解できるまで十分な情報提供とわかりやすい説明を受ける権利があります。
- 自己の納得と自由な思想に基づき、医療行為に「同意」し「選択」し、あるいは「拒否」する権利があります。また、他の医療機関での意見（セカンド・オピニオン）を求める権利があります。
- 個人情報、保護される権利があります。
- 守らなければならない当院の規則を知る権利があります。
- 自己の権利が尊重されていないと感じた場合、苦情の申し立てをする権利があります。

#### 患者さまの責務

- 医療に積極的に参加し、より良い治療を行うため医療従事者と良好な関係（パートナーシップ）を構築してください。
- 社会一般的なマナーを守り、他の患者さまの診療に支障をきたすことのないようご配慮ください。
- 当院で定められた規則をお守りください。



独立行政法人地域医療機能推進機構  
JCHO福井勝山総合病院

〒911-8558 福井県勝山市長山町2丁目6番21号  
TEL (0779) 88-0350(代) FAX (0779) 88-3739  
URL: <http://fukui.jcho.go.jp/> Eメール: [main@fukui.jcho.go.jp](mailto:main@fukui.jcho.go.jp)