



# リハビリ便り

寒い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。コロナ禍で活動自粛が余儀なくされ、体力の衰えを感じている方も多いのではないのでしょうか。一方で、正しい感染予防対策を身につけることの大切さを知ることができ、少しずつではありますが、新しい生活様式を確立できつつある様にも感じます。

**心疾患の死亡率は第2位**

2018年12月10日に「脳卒中・循環器病対策基本法」が成立し、2020年10月27日に同法に規定された「循環器病対策基本推進計画」が閣議決定されました。2017年の厚労省のデータでは、**心疾患による死亡率は第2位となっています**。さらに、心疾患の終末像である心不全は2030年に罹患者数が130万人を超えると推計されています。本邦において心疾患の予防は喫緊の課題となつていきます。

**大分県心不全包括ケアカンファレンス**

昨年、「大分県心不全包括ケアカンファレンス」が発足

し、地域の中核病院が中心となり、近隣の医療機関等と連携・協力して患者さんの支援を行える体制構築に向けて準備を行つていきます。しかし、心不全の発症や再発を予防するためには、医療従事者だけでなく、患者さん自身が自己管理できる力をも身につけていくことも大切なことです。

**心不全ポイント 自己管理用紙**

大分県心不全包括ケアカンファレンスでは、「心不全ポイント自己管理用紙」というものを作成しています。これは、患者さん自身が日々の身体状況の記録を行い、心不全の症状を点数化します（表1）。その合計により病院を受診するタイミングを知る事ができるといふものです（表2）。

**さいごに**

心不全は治らない病気であり、繰り返し度が悪くなつていきます。心不全にならないこと、心不全を再発させないことがとても大切です。私たちが

と一緒に病気と向き合いませんか。是非とも一緒に知識を深めましょう。また、心臓疾患をお持ちで日常生活において気になる事がありましたら、当院循環器内科までご相談ください。

表2 受診のタイミング

合計	症状
5点以上	すぐにかかりつけ病院救急外来を受診
4点	当日または翌日に外来受診（主治医以外の日でも受診必要）
3点	1週間以内に受診（主治医以外の外来でも可）

表1 症状別の点数

点数	症状
5点	安静時の息切れ・息苦しさ
4点	脈拍 120回/分以上
3点	体重の増加または低下※1
1点	自覚症状の悪化※2

※1 受診の目安となる体重は個々で異なる  
 ※2 自覚症状が1つでも複数でも1点となる

## 小児リハビリのお知らせ

初回到小児科医師の診察が必要です。  
 初診：右記問い合わせ番号にて、要予約。  
 【初診対応曜日】

	月	火	水	木	金	土
午前	応相談	応相談	応相談	応相談	—	応相談
午後	—	○	○	○	—	応相談

【診療内容】  
 作業療法・言語聴覚療法

【対象となる方】  
 3歳～小学生程度

【時間】  
 月～土（日曜は応相談）  
 （午前）9：00～12：00  
 （午後）13：40～16：40

【場所】  
 天心堂へつぎ病院 リハビリテーション科

【問い合わせ先】  
 リハビリテーション科  
 担当：水津・川上・阿南 電話（097）529-5611

