

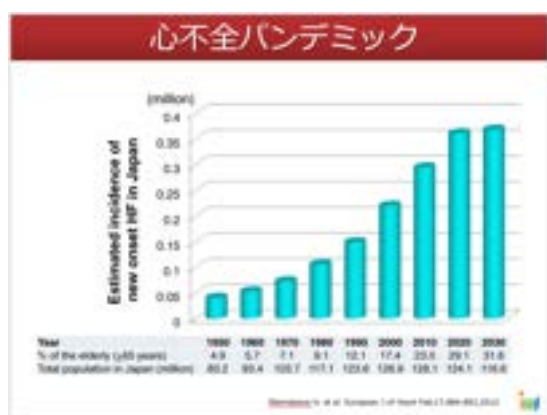
心不全パンデミック時代のリハビリテーション

副院長 村田 聖一郎 (Seiichiro Murata, MD, PhD)

日本胸部外科学会 心臓血管外科専門医・指導医
日本循環器学会 循環器専門医

日本の高齢化は世界でもトップクラスであり 2025 年には 65 歳以上の人口が 3 割に達すると予想されています。加齢に伴い心機能が低下するため、図 1 に示すように年々、心不全患者が増加し心不全パンデミックが到来しつつあります。

図 1



BNP は脳性ナトリウム利尿ペプチドの略号で、心臓の心室で生成・分泌されるホルモンです。心臓に対する負荷が増加したり、心筋が肥厚したりすると BNP の分泌量が増加するため心不全の診断、重症度、予後予測のバイオマーカーとして良く用いられています。

2023 年に示された心不全診療に関するステートメント改訂版によれば、BNP 値が 35 ～ 100pg/mL を前心不全ステージ、100 ～ 200pg/mL を心不全ステージ、200pg/mL 以上を高リスク心不全ステージと区分しています。

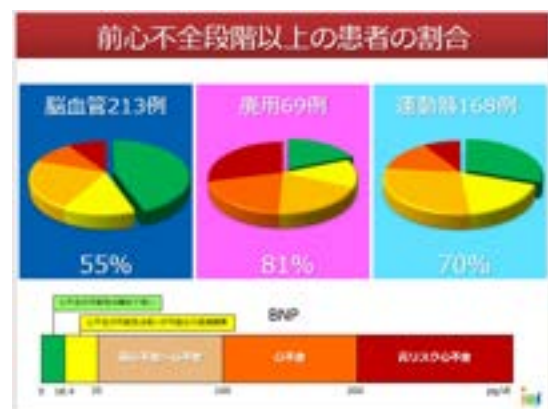
2023 年度に当院に入院した 682 名の患者さんのうち 450 名 (66%) の入院時 BNP を測定しました。なんと半数の患者さんが前心不全ステージ以上でした。BNP が正常範囲だった患者さんはわずかに 35%に過ぎず、12%は高リスク心不全ステージでした (図 2)。また原因疾患別の検討では、急性心不全治療後の患者さんを含む廃用の患者さんでは当然 81%が前心不全ステージ以上でしたが、運動器疾患では 70%，脳血管疾患でも 55%が前心不全ステージ以上でした (図 3)。

図 2



板リハの入院患者さんの検討でも心不全パンデミックの傾向がありありと見て取れます。当院に入院する患者さんは誰でも心不全に陥る可能性があると言っても過言ではありません。しかし、ご安心ください。幸い板リハには心不全管理にも長けた心臓リハビリテーション指導士が 6 人も在籍しています。心不全パンデミック時代において回復期リハビリテーション病院は患者さんの早期回復を支援し、再入院を防ぐための重要な役割を果たします。多職種連携を強化し、患者教育を行うとともに退院後のフォローアップもふくめ外来や在宅でのリハビリテーションを継続する体制を整えています。

図 3



当院の心臓リハビリテーションについて

リハビリテーション科 技士長 山本 智史

心臓リハビリテーション指導士／心不全療養指導士
脳卒中・循環認定理学療法士／理学療法士

従来、心臓リハビリテーションは急性期病院を退院した後に、外来リハビリテーションに通院し有酸素運動やレジスタンストレーニング（筋力トレーニング）と生活指導を行うことで再発を予防することとされています。

しかし、前述した心不全パンデミックにより、従来の外来通院の心臓リハビリテーションが困難である方が増え、身体機能や生活機能が低い方が増えています。回復期リハビリテーション病院である当院では、個別性のあるプログラムと生活目標に向けて、集中的に運動療法を行い、生活に合わせたセルフモニタリングの支援を行うことが出来ます。それにより、従来の心臓リハビリテーションと同等、もしくはそれ以上の効果を提供することを目指しています。



学術面でも心臓リハビリテーションに取り組んでいます（一部紹介）

- ▶ 山本 智史：回復期病院で心リハを施行した患者の病前と退院後のフレイル変化とその要因について～2施設による検討～、第61回日本リハビリテーション医学会学術集会
- ▶ 藤井 大輔：外来心臓リハビリテーションにより運動耐容能が向上し、生活空間が拡大した若年連合弁膜症術後患者、第8回循環器理学療法学会学術大会
- ▶ 岡田 優佑：回復期病院で運動負荷を調整し、運動耐容能の向上と外来心リハが可能となった心筋梗塞後の重症心不全症例、第8回循環器理学療法学会学術大会
- ▶ 渡部 雪絵：維持期外来心リハにおける作業療法士による目標設定への介入の効果、第30回日本心臓リハビリテーション学会学術集会

—— 心リハに関する有資格者数一覧

2025年4月現在

- ▶ 理学療法士
心臓リハビリテーション指導士：4名
心不全療養指導士：1名
- ▶ 作業療法士
心臓リハビリテーション指導士：2名
- ▶ 看護師
心不全療養指導士：1名

※ご紹介中のスタッフ以外にも、学術研究・臨床・資格取得などに努めているスタッフがいます。



CPX（心肺運動負荷試験）とは

心臓リハビリテーションでよく聞かれるのが、CPXという言葉ではないでしょうか。CPX（心肺運動負荷試験）とは、運動中の心臓、肺、骨格筋の機能を総合的に評価する検査です。心臓リハビリテーションでは、患者さんの体力や運動強度を把握し、安全で効果的なメニューを作成するためにCPXが用いられます。

CPXは、自転車エルゴメーターなどの運動負荷をかけながら、心電図、血圧、呼気ガスを測定することで、心臓や肺の機能、運動耐容能を評価します。これにより、心臓病や肺疾患の患者さんの体力レベルを把握し、個々の患者さんに合わせた運動療法プログラムを立てることができます。

臨床検査科 技師長：鈴木 秀規（臨床検査技師）