

特別講演 2

「心不全予防のための外来で指導する心臓リハビリテーション」

順天堂大学保健医療学部

理学療法学科 教授

高橋 哲也 先生

循環器病対策基本法の成立に伴い、循環器病の予防活動の推進や、救急治療とリハビリテーションの普及による健康寿命の延伸、さらには、要介護者を減らし、医療費・介護費を削減することが期待されている。

心臓リハビリテーションは循環器病対策の長期にわたる多面的・包括的プログラムであり、適切な運動療法と生活習慣の実践により、生活の質を改善し、動脈硬化の進行過程を安定化させて循環器疾患の再発や悪化を予防する結果、健康寿命を延長させることができるため、まさに、循環器病対策の基本となる治療法である。

実際、運動療法は推奨クラスⅠ、エビデンスレベル A の治療法であり、HFpEF 患者にもその効果が認められている。近年は高齢心不全患者が増えていることから、フレイル対策、入院関連能力低下（HAD）対策も重要である。入院直後から退院後の生活を考えた運動機能回復プログラムを実践し、認知機能、社会参加機能にも配慮しながら病診連携を進めるなど、様々な工夫が必要である。

当日は、外来や自宅でもできる心臓リハビリテーションについて情報を共有したい。