

# リハビリ ♥ 通信

Vol.4 2023年7月



## 心臓リハビリテーション豆知識

### 心リハの効果③ 【心臓手術後】

今回ご紹介させて頂く**心臓手術後**とは、**冠動脈バイパス術**、**弁置換術**または**弁形成術**のことを指します。心臓の手術を行った後の患者様にも心臓リハビリテーションの効果が証明されています。主に8つの効果があると報告されています。



#### 8つの効果

- 体力の向上
- 冠危険因子の是正
- 生活の質向上
- 再入院の予防
- グラフト開存率の改善
- 自立神経の調整
- 精神状態の改善
- 心機能・末梢機能の改善

心臓手術をされる患者様は、術前から体力や筋力が低下していることが多いと言われています。術後に心リハを行う事で、術後の回復や社会復帰を早めることができます。

## この時期に気を付けたいこと

**暑い季節だからこそ気を付けるべき、  
健康な生活を送るためのポイント！**



理学療法士 菅原 信太郎



暑い日が続く季節となりました。この時期「**熱中症**」「**脱水**」が多くなります。心疾患のある方は、体温調節機能が乱れやすく、熱中症になりやすいといわれています。また、夏はたくさん汗をかくため、それに見合った量の水分を補給しないと、脱水に陥ってしまいます。逆に、暑いからと水分を摂り過ぎることも、心臓への負担を大きくする原因となります。以下のポイントに留意し、暑い夏を上手に乗り切りましょう。

- こまめに適切な水分補給をする
- シャワーやタオルで身体を冷やす
- 暑いときは無理をしない
- エアコン・扇風機を上手に利用する
- 部屋の温度を測る
- 涼しい服装をする

適切な水分摂取量がわからない方は、お気軽に声をお掛けください。



24時間体制の高度な循環器専門病院



イムス葛飾ハートセンター リハビリテーション科