



心臓リハビリテーションの必要性

現在リハビリテーション科では心臓リハビリテーション(以下心リハ)に積極的に取り組んでいます。心リハとは主に心疾患の患者様を対象とし、発症直後から発症後数か月経過した慢性期の患者様も対象としています。また、心疾患を有しながらも現状大きな治療は必要ではない患者様も「進行予防」という観点から対象としています。

心臓の病気で重要なことは「再発しないこと」、「悪化させないこと」です。そのために必要なことはなんなのか。それは「運動」・「食事」など生活習慣の見直しです。しかしながら実際に自宅で運動をしようと試みてもどんな運動をどの程度したらいいかわからないことが多く実施しないことが大半です。当院の心リハでは実際に運動をする他、正しい運動方法、食事内容を指導し、自分の病気に合った正しい知識を持っていただくことを重要視しています。正しい知識のないまま運動することは危険ですので、心臓の病気を有し、少しでも今の生活に疑問のある方はお気軽にお尋ねください。

リハビリテーション科 理学療法士 齋藤 夢華

