

季刊誌 まりふし

京都中部総合医療センター リハビリテーション科内
南丹圏域地域リハビリテーション支援センター

京都府リハビリテーション支援センターでは、京都府民が住み慣れた地域で安心して、いきいきと暮らせるよう、急性期から回復期、維持・生活期まで継続した総合的なリハビリテーション提供体制を実現するため、人材面、施設面、連携面などから様々な施策を実施しています。南丹圏域地域リハビリテーション支援センターはその事業の一部を担っております。今年度は季刊誌を発行し、その活動状況を報告させていただきたいと思っております。

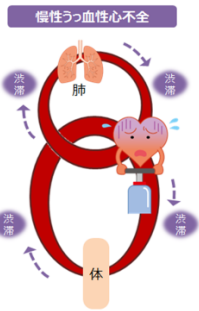


第1回 事例検討会



7月30日に『心不全の病態生理と再発予防に向けての地域における疾病管理の重要性』と題して、京都中部総合医療センター 循環器内科部長 野村哲矢先生にご講演+事例検討会を開催しました。心不全は緩解と増悪を繰り返しながら終末期に向かう病態であり、再発予防に向けた疾病管理が何より重要なため、地域としてできることは何かについて事例を交えてお話いただきました。今回はオンライン開催（ZOOM）でしたが、30名近くの関係者にご聴講いただき、非常に有意義な検討会だったと、ご好評をいただきました。

心不全ってどんな病気？



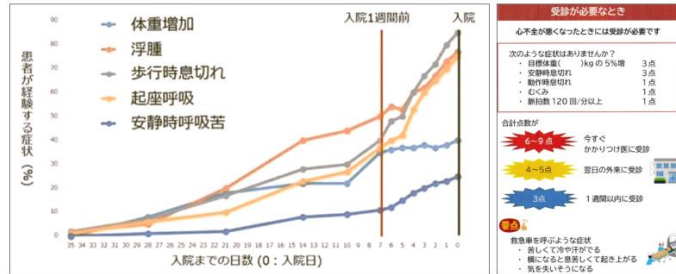
急性・慢性心不全診療ガイドライン (2017年改訂版)
Guidelines for Diagnosis and Treatment of Acute and Chronic Heart Failure (2017年改訂版)

ガイドラインとしての定義	なんらかの心臓機能障害、すなわち、心臓に器質のおよび/あるいは機能的異常が生じて心ポンプ機能の代償機能が破綻した結果、呼吸困難・倦怠感や浮腫が出現し、それに伴い運動耐容能が低下する臨床症候群。
一般向けの定義（わかりやすく表現したもの）	心不全とは、心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気です。

<罹患した有名人>

杉良太郎	俳優	(2015年 71歳)
野村沙知代	タレント	(2017年 85歳没)
天龍源一郎	元プロレスラー	(2021年 71歳)
アントニオ猪木	元プロレスラー	(2022年 79歳没)
曙太郎	元大相撲第64代横綱	(2024年 54歳没)
中尾彬	俳優・タレント	(2024年 81歳没)

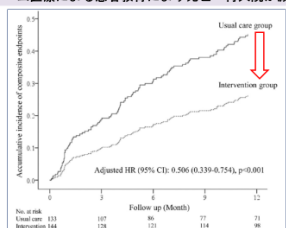
心不全の増悪を入院前に捉えるにはこまめな追跡が必要



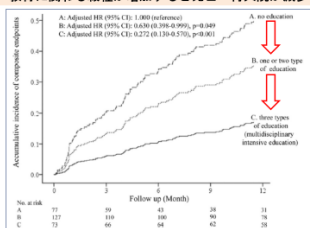
心不全に対する多職種連携チーム医療

多職種での介入により 心不全再入院は減少する

チーム医療による患者教育により死亡・再入院が減少



教育に関わる職種が増加すると死亡・再入院が減少



Kinugasa Y. BMC Health Services Research. 2014;14:351.

心不全患者を地域で診るための顔の見える関係づくり

- ▶ 患者が住み慣れた自宅で生活するためには、院外のケアマネージャーや訪問看護師といった、地域での暮らしを支える医療者が非常に重要な役割を担う。
- ▶ 院内の医療者と院外の医療者はサマリーや情報提供書の書面のみでつながっていることがほとんどであり、院内外の医療者が顔の見える関係を作ることが必要。

<講演スライド（一部抜粋）>

第1回 看護職・介護職リハビリテーションステップアップ研修

8月30日に『高齢者のための熱中症対策』として、大塚製薬株式会社 熱中症対策アンバサダー 尾崎巧泉さまにご講演をいただきました。20名ほどにご参加いただき、熱中症が起こるメカニズムや対策方法等について理解が深まりました。

熱中症予防のポイント

暑さを避けましょう 暑い日は、涼しい服装や日傘・帽子の使用を心がけることが大切です。少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動するようにしましょう。	室内環境を整えましょう 高齢者の熱中症の特徴として、室内で多く発生していることがあげられます。部屋の温度が上がらないように工夫するとともに、こまめに温度をチェックするようにしましょう。
こまめに水分補給 汗をかき体温調節をするためにもカラダの水分量の維持はかせません。のどが潤いていなくても、こまめな水分補給を心がけましょう。	日頃から体調管理 普段から「栄養バランスの良い食事」「適度な運動」「十分な睡眠」で規則正しい生活を意識し、体調管理に努めましょう。

効率の良い水の飲み方 (各回:約150ml)



地域支援活動

亀岡市宮前町湯ノ花平「健康セミナー」

7月4日に亀岡市宮前町湯ノ花平集会所で健康をテーマに講演と体操教室を開催させていただきました。同地区の活動について少しアドバイスをさせていただきました。主に「フレイル予防」に関するお話と棒体操を実演し、皆さま興味深く聴いていただきました。



圏域内の地域支援について、ご希望等ございましたら、お気軽にお問い合わせください

【今後の予定】

10/1 (火) <第2回 事例検討会>

『南丹圏域における在宅医療の現状と課題
-コメディカルスタッフに期待すること-』
 講師：明治国際医療大学附属病院
 外科・在宅診療部長 神山順先生
 『当院における訪問リハビリテーションの
現状と課題』
 講師：明治国際医療大学附属病院
 総合リハビリテーションセンター 永山智貴先生

10/30 (水) <第2回 看護職・介護職
リハビリテーションステップアップ研修>
 『単なる「移動」だけにしない
動作介助とポジショニング』
 講師：京都中部総合医療センター
 リハビリテーション科 谷本篤紀・高位篤史

研修等の詳細についてはお問い合わせください。

【今日のヨガ】

木のポーズ Vrksasana

左脚に体重をのせて、右足裏を左太もも内側につける。両手を胸の前で合掌し、天井方法へ伸ばす。
 下肢筋力とバランス向上をはかります。



今年度から南丹圏域地域リハビリテーション支援センターコーディネーターを担当させていただくことになった谷本篤紀と申します。前任から引き続き地域のリハビリテーションを充実させるため、微力ながら活動してまいります。今後とも何卒よろしくお願ひ申し上げます。

<資格など>

- ・理学療法士
- ・心臓リハビリテーション指導士
- ・心不全療養指導士
- ・全米ヨガアライアンス RYT200
- ・南丹市スポーツ推進委員



【編集・発行】

京都中部総合医療センター リハビリテーション科内 南丹圏域地域リハビリテーション支援センター
 TEL: 0771-42-2510 (代) FAX: 0771-42-2528
 Email: rehashien@kyoto-chubumedc.or.jp 担当：谷本