

発行／2023年12月1日 発行者／町立三春病院 リハビリテーション科

心不全は命をちぢめる病気！

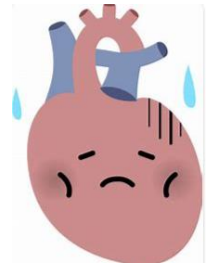
三春町では心不全の患者が増えています。

心不全とはどんな状態かを知って対策をとっていきましょう！

心不全とは？

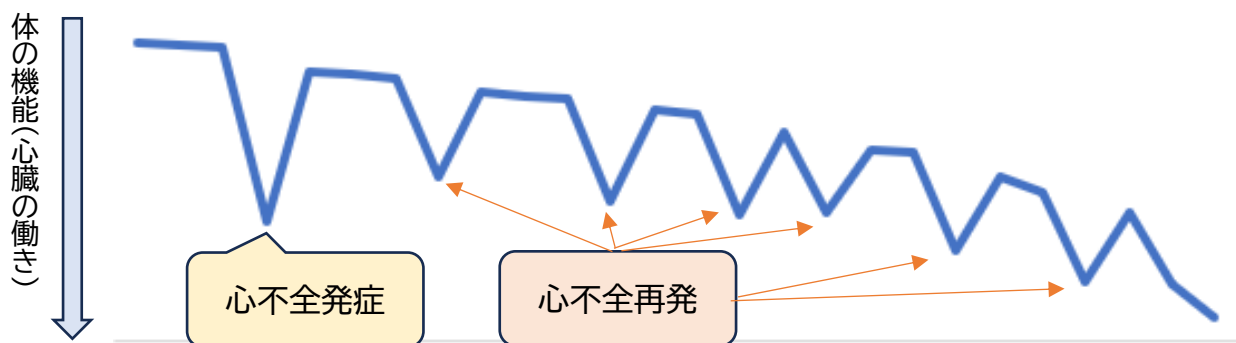


心臓は 全身に血を送るポンプのような機能があります
心臓の動きが悪くなると全身の血の巡りが悪くなります



心臓が悪いために息切れやむくみがおこり、
動くことが大変になり、命をちぢめる恐ろしい病気です。

心不全症状が出た場合の自然経過



- ・心不全症状が一度出ると、症状は回復しても体の機能は元には戻らない
心不全症状が再発する度に、少しずつ体の機能は低下していく
- ・心不全があると、常に突然死するリスクがある

心不全チェック表

□生活習慣病といわれたことがある(高血圧、脂質異常症、糖尿病など)...

心不全ステージ Aへ

□心臓の病気があると言われたことがある(心筋梗塞、不整脈、弁膜症、狭心症など)...

心不全ステージ Bへ

□ちょっとした動きでも息切れをしたり、常に足にむくみがあったりする...

心不全ステージ Cへ

□日常的な身体活動でも息切れがひどくてできない...

心不全ステージ Dへ

□心不全と診断されて入院したことが2回以上ある...

心不全ステージ Dへ

※ 複数チェックした場合は、ステージが大きい方へ(例:AとBにチェックがついた場合Bへ)
どれも当てはまらない場合は、健康であることを示しています。

ステージの進行予防

ステージ	ステージ進行予防の方針	主な治療方法
<u>ステージ A</u> 心不全の 危険因子あり	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>心臓疾患にならない様に注意する</u> ・<u>生活習慣病の改善</u> 	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活の改善(塩分過剰摂取の見直し) ・禁煙、運動習慣の獲得
<u>ステージ B</u> 心臓の働きに 異常がある	<ul style="list-style-type: none"> ・心不全症状が起こらないようにする ・持病(心臓疾患)のコントロール 	<ul style="list-style-type: none"> ・薬の飲み忘れの予防 ・食生活の改善、運動習慣の獲得、禁煙
<u>ステージ C</u> 心不全の症状が 出現している	<ul style="list-style-type: none"> ・心不全の症状の軽減 ・心臓機能の治療 	<ul style="list-style-type: none"> ・医師に相談(多くの場合、<u>入院が必要</u>) ・薬物治療
<u>ステージ D</u> 治療が 難しくなる	<ul style="list-style-type: none"> ・心不全症状の早期発見 	<ul style="list-style-type: none"> ・症状が出そうな場合、医師に相談 ・血圧、体重測定などセルフチェック

どのステージでも血圧、脈拍、体重、むくみの状態など自分の心不全の状態を記録しておくで安心です。
ご自身でチェックできるようなセルフチェックシートがありますので、もしご希望の場合は質問窓口まで
お声がけください。
質問窓口：町立三春病院 リハビリテーション科 岩崎