

ね

FUCHU HOSPITAL

つとわーく

Vol.184

H30.9



心不全患者を地域で診る



府中病院

地域医療連携室



日本医療機能評価機構
認定第 GB83 号

このたびの台風21号により、被害に遭われた皆様に謹んでお見舞いを申し上げます。一日も早い復旧を心よりお祈り申し上げます。

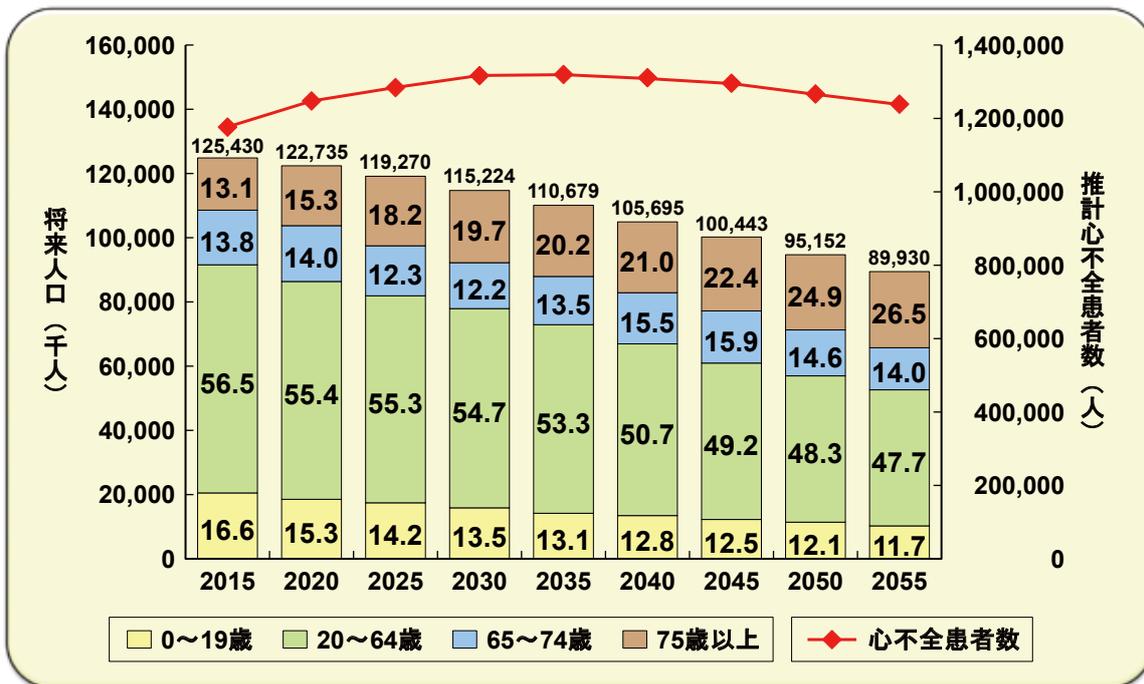
心不全患者を地域で診る



はじめに

我が国は世界に例のないスピードで高齢化が進んでおり、2025年には総人口の約30%が65歳以上になります。(図1)それに伴い、心不全を発症する患者数も急速に増加しており、2030年には130万人まで増加すると予測されています。この現象は「心不全パンデミック」と称されますが、一番の問題点は、心不全患者は再入院を繰り返し、予後が不良であるということです。この現実を一般の方にも知って頂くために、2017年10月、わかりやすい心不全の定義として、「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、命を縮める病気です。**」が作成されました。また、高齢心不全患者の増加に対して、高齢者特有の病態を理解したうえで、心不全治療に対する共通した認識のもと、急性期病院のみではなく、地域で心不全患者を診ていく必要があります。

(図1) 人口および年齢構造と心不全患者数の将来推計 (2015~2055年)



・ 眞茅みゆき、筒井裕之著 心不全診療Q&A エキスパート106人からの回答 中外医学社(東京), p.2, 2012年

心不全治療の3本柱 ～利尿薬・運動療法・自己管理～

★腎保護を目指した利尿薬のさじ加減

心不全治療の基本は、薬物治療ですが、特にうっ血治療が重要です。現在第一選択として用いられるループ利尿薬は、短時間で強力な利尿効果を発揮しますが、低ナトリウム血症などの電解質異常、血圧低下、腎機能障害をきたし、予後を悪化させます。特に高齢心不全患者は低アルブミン血症や腎機能障害の合併によりループ利尿薬抵抗性のことが多く、さらなる利尿薬の増量といった悪循環を引き起こします。

これに対して、バゾプレッシンV2受容体拮抗薬である**トルバプタン**は、腎集合管に作用し、自由水のみを排泄する水利尿薬であるため、ループ利尿薬で危惧されるような問題点はありません。高齢者に対する有効性も示されていますが、投与早期に口渇感欠如による飲水不良が高ナトリウム血症を引き起こす可能性はあり、低用量（3.75mg～7.5mg/日）が推奨されています。腎保護のためにも、高用量のループ利尿薬が必要な患者に対しては、低用量の水利尿薬を併用し、出来るだけループ利尿薬の使用量を減量することが望まれます。また、うっ血治療後には、心機能の改善と再入院予防、予後改善を目的にRAS系阻害薬やβ遮断薬を導入し、可能なかぎり維持量まで増量します。

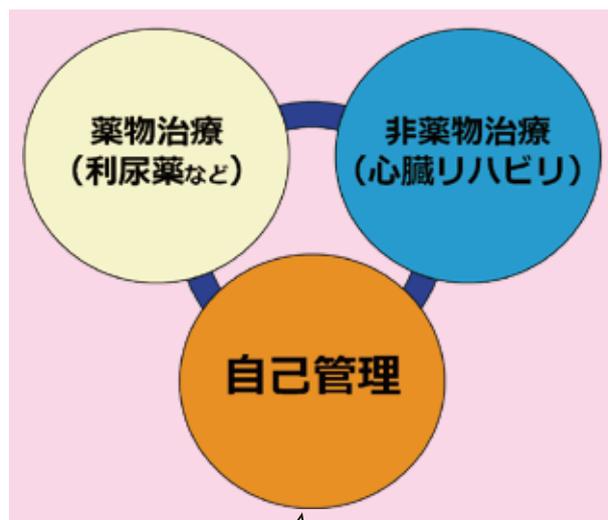
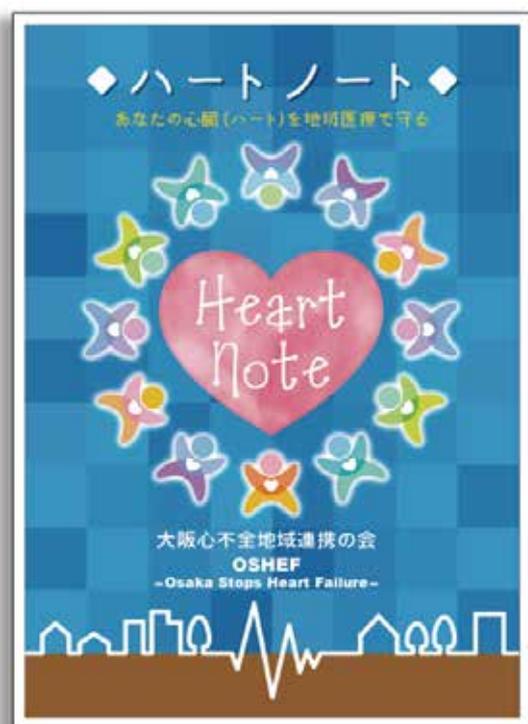
★高齢者ほど心臓リハビリテーションが重要

非薬物治療には、カテーテルによる冠血管形成術（PCI）や、ペースメーカーによる心臓再同期療法（CRT）、持続的気道陽圧法（CPAP）など様々な治療法があり、その中で、患者に適した治療を併用しますが、多くの患者で効果が期待できるのが、運動療法を中心とした**心臓リハビリテーション**です。特に高齢者の場合、フレイルであることが多く、ADL維持の為に入院中のみならず、外来や施設で心臓リハビリテーションを継続する事が重要です。また、リハビリに来られることで、定期的診察以外で心不全悪化を早期に発見することが出来ます。

★心不全は自分で管理する

そして、最も重要なのが患者自身による自己管理です。いくら病状が良くなって退院しても、水分、塩分、食事、服薬などの管理ができないと、すぐに心不全が悪化し再入院になってしまいます。そのため、当院では入院中、多職種（医師、看護師、薬剤師、理学療法士、管理栄養士など）による心不全に関する患者教育を行い、退院後の自己管理ができるよう指導を行っています。また、新たな取り組みとして、「**ハートノート**」（図2）を用いた患者指導、自己管理、病診連携を開始しました。「ハートノート」とは、大阪市内を中心に運用が開始されている医療機関共通の患者教育資材で、この中に「**心不全ポイント**」（図3）という新たな発想が導入されています。

（図2）



〈心不全に対する自己管理〉

- ①セルフケアメンテナンス
→心不全の悪化を来さないように管理すること
- ②セルフケアマネージメント
→心不全が増悪したときに早期に対処すること

これは、患者が毎日の体重、脈拍、自覚症状に対して点数（心不全ポイント）をつけ、その合計点により、自分の病状を評価し、基準点を超えれば、早期受診や緊急受診を行うものです。これにより病状の悪化を早期に発見し治療することで、入院を回避できるとののではないかと期待されています。また、患者の高齢化に伴い、心不全安定後もリハビリテーションが必要となり、慢性期病院での治療後にかかりつけ医へ戻られるケースも増えてきています。その際、この「ハートノート」は、急性期病院・慢性期病院・かかりつけ医が患者情報を共有する事を可能にし、地域ぐるみで心不全患者を診療していく有用なツールとなります。

「ハートノート」を用いた取り組みは、大阪市内から徐々に広がりつつあり、当院でも2018年8月より導入を開始しました。このシステムが地域に浸透すれば、地域医療に関わる者が同じ基準で心不全増悪を早期に発見し、入院を予防することができ、患者が安心して生活できる場を提供できると考えています。是非ともご協力お願い致します。

(図3)

心不全ポイント

自己管理用紙の記入方法

- ① 起床後に排尿を済ませる
- ② 体重測定・血圧・脈拍測定
- ③ 日中に自覚症状の有・無をチェックし点数を付けましょう

| | | | |
|--------------|--------------|----------------|----|
| 月/日 | 9/29 | | |
| 曜日 | 月 | | |
| 体重(kg) | 55.6 | ※受診が必要な体重は別紙参照 | |
| | 3点 | 0点 | |
| 血圧(mm/Hg) | 朝 | 122/64 | |
| | 夕 | 122/72 | |
| 脈拍(回/分) | 120回以上 | 80 | |
| | | 4点 | 0点 |
| 横になれない程の息苦しさ | 有 | 0点 | |
| | 5点 | 0点 | |
| 自覚症状 | 外出・入浴・階段の息切れ | 有 | 無 |
| | むくみがひどくなる | 有 | 無 |
| | せき | 有 | 無 |
| | 食欲低下 | 有 | 無 |
| | 有が何個でも1点 | 1点 | 0点 |
| 合計点 | 1点 | | |



今月の担当医師



心不全センター センター長

花谷 彰久 (はなたに あきひさ)

<資格等>

- 日本内科学会認定内科医・総合内科専門医・指導医・近畿支部評議員
- 日本循環器学会循環器専門医・近畿支部評議員
- 日本高血圧学会認定指導医
- 日本心臓リハビリテーション学会心臓リハビリテーション指導士
- 日本医師会認定産業医
- 大阪市立大学大学院医学研究科 循環器内科学 特任教授

第 18 回 府中臨床懇話会を開催します！

第 18 回府中臨床懇話会では、天理よろづ相談所病院 総合診療教育部
佐田 竜一先生を講師にお迎えし、ご講演いただきます。

佐田先生は 「魁!! 診断塾：東京 GIM カンファレンス激闘編」、
「みるトレ 感染症」、「Fever 発熱について我々が語るべき幾つかの事
柄」などを著書されている先生です。

今回、佐田先生より「魁!! 診断塾～初診外来でできる”不明な”
病態へのアプローチ～」のテーマでお話いただく予定です。

講演会終了後は意見交換会も予定しておりますので、先生方には
何かとご多用の折とは存じますが、ぜひご参加くださいますようお願い申し上げます。



佐田 竜一先生

※会場等の準備の都合上、ご参加いただく場合は同封の申込み用紙
にご記入いただき、地域医療連携室まで FAX (0725-40-2148)
にてご送信をお願いいたします。

日 時 平成30年9月29日(土)
15:00～17:00

会 場 ホテル レイクアルスターアルザ泉大津
4F ロイヤルホール
(泉大津市旭町 18-5 TEL : 0725-20-1121)

一般講演 座長 府中病院 副院長 土細工 利夫

「外来心不全患者のうっ血管理のこつ」

府中病院 心不全センター センター長 花谷 彰久

特別講演 泉谷クリニック 院長 泉谷 良先生

「魁!! 診断塾～初診外来でできる

”不明な”病態へのアプローチ～」

天理よろづ相談所病院 総合診療教育部 佐田 竜一先生

◆ 講演会終了後、情報交換会を予定しております。

2018. 9 月

第 14 回病診オープンカンファレンス（循環器内科）

当院循環器内科へご紹介いただいた患者さんの症例提示（3 症例）

日時：平成 30 年 9 月 22 日（土） 15：00 ～ 16：30

場所：府中病院 東館 1 階 健康教室

第 18 回府中臨床懇話会

魁!! 診断塾～初診外来でできる”不明な”病態へのアプローチ～

日時：平成 30 年 9 月 29 日（土） 15：00 ～ 17：00

場所：ホテルレイクアルスターアルザ泉大津 4F ロイヤルホール

2018. 10 月

糖尿病病診連携を考える会

糖尿病の療養指導～その効果向上作戦を模索して～

日時：平成 30 年 10 月 18 日（木） 18：30 ～ 20：20

場所：府中病院 東館 1 階 健康教室

府中病院オープンホスピタル 2018

～わくわくウキウキ府中体験！～

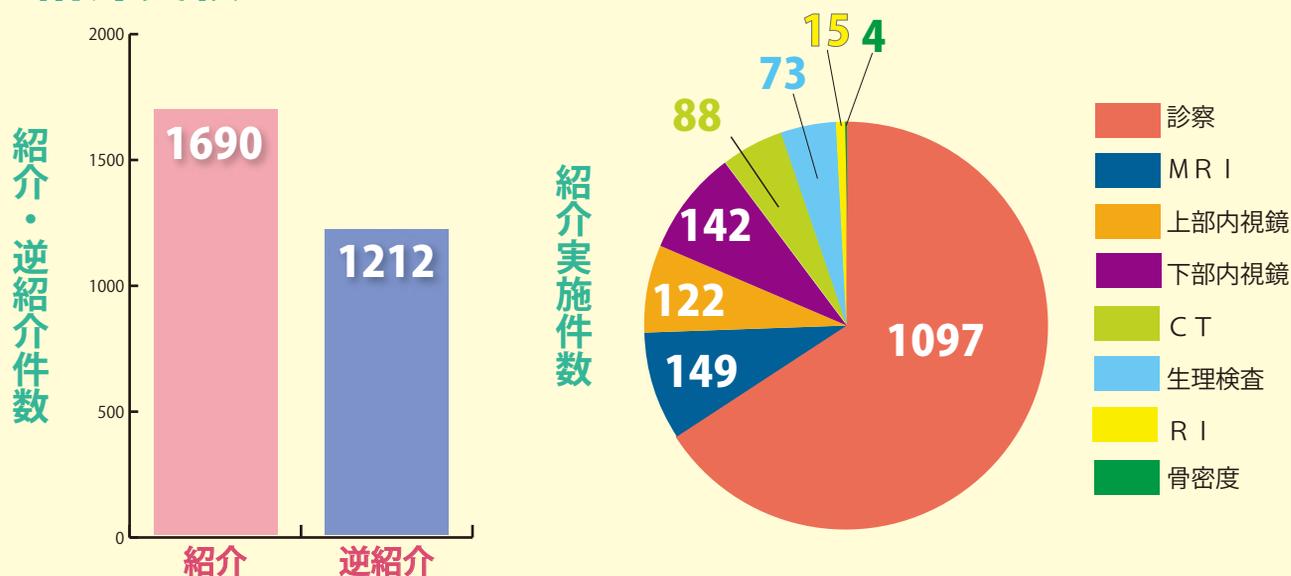
日時：平成 30 年 10 月 21 日（日） 第 1 部 11：30 ～ 12：00（吹奏楽演奏）

第 2 部 12：00 ～ 16：00

開催場所：府中病院

参加費：無料

紹介実績 <平成 30 年 8 月>



2018年9月・184号 ねっとわーく

発行責任者：院長 竹内一浩

編集責任者：地域連携部 松田有裕

編集者：地域医療連携室 森舞子

〒594-0076 和泉市肥子町1丁目10番17号 府中病院 地域医療連携室

TEL：0725-40-2147 予約専用フリーダイヤル：0120-40-2147

FAX：0725-40-2148 E-mail：chiikirenkei@fh.seichokai.or.jp

私たちの理念

愛の医療と福祉の実現。

地域と職員と共に栄えるチーム

Yu・ki・to・do・ku ゆき届いたサービス

私たちの基本方針

チームとして、そしてパートナーとして
チャレンジします。

3つのベストにチャレンジします。