



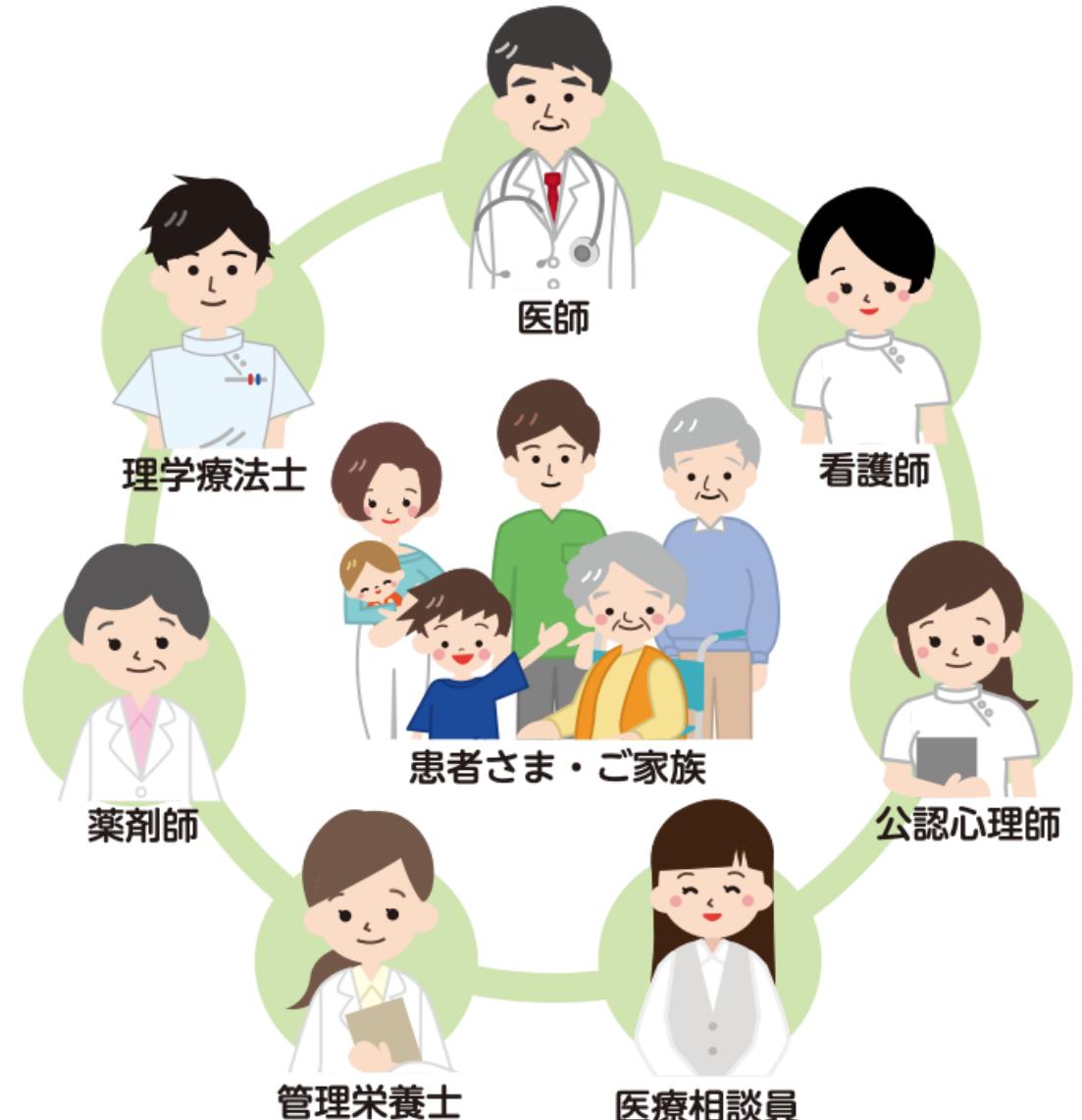
# 外来心臓リハビリテーション ご案内

-体力を取り戻し、安心した毎日へ-



# 心臓リハビリテーションとは

心臓病を経験された方が、  
安全に体を動かしながら体  
力を取り戻し、再発を防ぎ、  
安心して生活を送るための、  
**多職種で関わる包括的プロ  
グラム**です





# プログラム内容

## 運動療法



適切な運動負荷で有酸素運動を専門スタッフと行います

## 生活指導



病状にあった栄養相談や、心理的サポート、ご家族の支援等を行っています



# 対象となる方

- ✓ 心筋梗塞や狭心症を経験を経験された方
- ✓ 心不全と診断された方
- ✓ 主治医が心リハが必要と判断された方
- ✓ 心臓・大血管に対して手術をされた方

高齢の方や、体力に自信のない方も、無理のない範囲から始められますのでご安心ください



# 外来心臓リハビリテーション実施の流れ

## 診察・検査



医師が診察し、相談の上  
心肺運動負荷試験を実施

## リハビリ開始



検査結果より、適切な  
運動負荷で運動を実施

## 再評価・指導



再度検査を行い、その結  
果から評価・指導を行う



# 利用案内

**場所**：リハビリテーション室(新館4F)

**日程**：毎週火曜日 第3・4木曜日

①13：40～14：40

②15：00～16：00

**頻度**：週1～2回

**期間**：約5ヶ月

**費用**：健康保険適応

**リハビリの持ち物**：運動しやすい服装・タオル・飲物



## よくある質問(Q & A)

**Q**：退院したばかりでもできますか？

**A**：医師の判断で開始できます。退院後の生活を安心して送れる  
よう早期参加をお勧めします。

**Q**：家族も一緒に説明を受けることができますか？

**A**：はい。ご家族の方にもご参加頂けると、より指導内容の理解  
が深まりますので、ご参加されることをお勧めします。



# お問い合わせ

外来心臓リハビリテーションをご希望の方は、  
当院循環器内科医師へご相談下さい。

お問い合わせは、リハビリテーション科までご連絡下さい。

平日 9:00～17:00

TEL：0463－32－0015（代表）