



公益財団法人
日本心臓財団

ハートニュース Heart News

企画・発行
公益財団法人
日本心臓財団

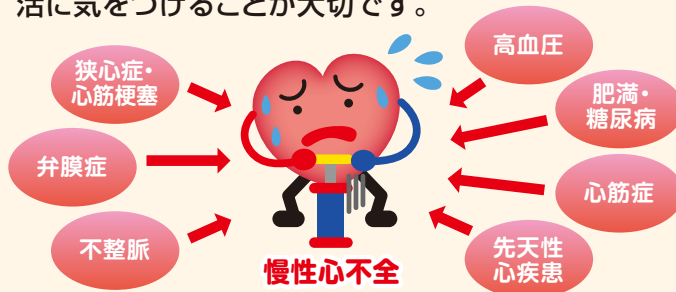
知って防ごう心不全の再入院

監修 桑原 宏一郎 信州大学医学部 循環器内科学教室 教授

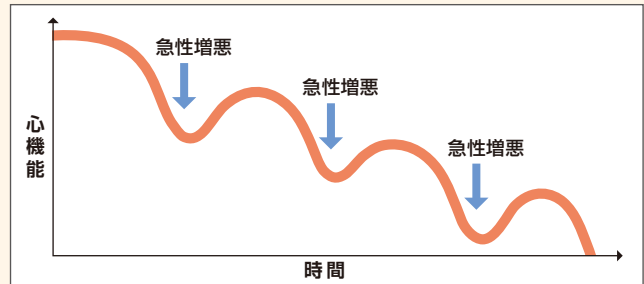
心不全ってどんな病気?

心臓は全身に血液を送り出すポンプの働きをしています。心不全は、何らかの原因で心臓のポンプ機能が低下し、十分な量の血液を全身に送り出せなくなることで、息切れやむくみなどの症状が出て、日常生活に支障をきたした状態です。

心不全にならないためには、高血圧や高血糖、脂質異常などで心臓に負担をかけないよう日頃の生活に気をつけることが大切です。



心不全における心機能の経過(イメージ)

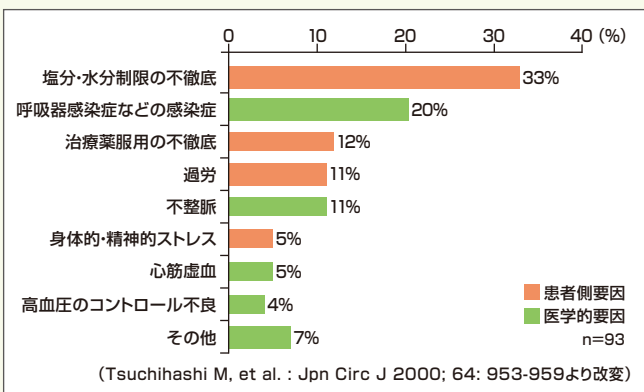


心不全とは、心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気です。また、心不全は一度発症すると増悪と回復を繰り返し、入退院を繰り返しながら徐々に心臓の機能が低下していきます。心不全発症後は、増悪させないための予防や治療が大切です。



心不全の再入院を予防しよう

心不全の再入院の要因は?



心不全増悪による再入院の原因として、「塩分・水分制限の不徹底」「インフルエンザ、肺炎などの呼吸器感染症をはじめとする感染症」「過労」「治療薬服用の不徹底」などが上位を占めています。



心不全を繰り返さないために気をつけるべきことは?

減塩



塩分・水分の制限

感染予防

毎日薬を飲む



症状の観察

無理をせず休憩をとる

体重測定

- 塩分や水分を取り過ぎないように、指示を守りましょう。
- 手洗いや必要に応じて人混みでのマスクの着用、インフルエンザ・肺炎球菌の予防接種を受けるなど、感染を予防しましょう。
- 処方されている薬を毎日きちんと服用しましょう。
- 息ぐるしさ・むくみ・だるさや疲労感などの症状を観察し、症状があるときは無理をせず、休憩をとりましょう。
- 毎日体重を測定し、記録しましょう。数日間で急激な体重増加がある場合は、かかりつけ医や病院を受診しましょう。



日本心臓財団
とは

1970年に発足以来、心臓血管病を克服するために研究助成、予防啓発さらに心臓病に関するメール相談などを行っております。これらの活動は皆様のご寄附に支えられておりますので、どうぞご協力をお願い申し上げます。なお、「つながる募金」を利用して、スマートフォンから簡単に寄附することもできます。

公益財団法人 日本心臓財団
〒101-0047
東京都千代田区内神田2-7-10 松楠ビル6階
☎ 03-5209-0810

インターネットでもさまざまな情報を発信しています。

<https://www.jhf.or.jp/>