



田上心リハだより

田上心臓リハビリテーション病院情報誌 第8号 文責：大嶋 秀一

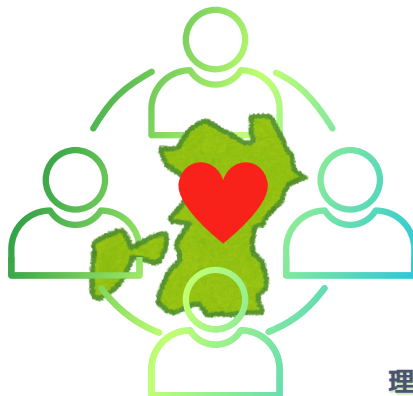
熊本県の心リハを盛り上げよう！

2023年7月28日(金)に第1回熊本県心臓リハビリテーション推進検討会が開催されました。当院からは、田上理事長、大嶋院長、東理学療法士、那須理学療法士が参加しました。この会は、熊本大学病院循環器内科の辻田賢一教授、松澤泰志特任准教授を中心に、『熊本県の循環器疾患患者様に対して心臓リハビリテーションを普及させることで、循環器診療の質を向上させ、地域の健康と福祉を促進する』を理念とし立ち上げられました。

第1回の推進検討会では今後活動していく目標や方針等を、熊本県下の様々な医療機関の先生方とディスカッションしました。様々な循環器診療に携わる医療機関が協力し、より連携できるようになれば、熊本県の循環器診療の未来は明るくなると思います。

松澤泰志特任准教授が調査された熊本県の回復期外来心リハ導入率は、約3%と全国的にみても低い割合であることがわかりました。そのため、『回復期外来心リハ導入率12%』を初期目標として取り組んでいくこととなりました。

このような県全体での取り組みに参加させていただくことは大変光栄ですので、微力ながら尽力していきます。



理学療法士：那須 信久

胸部CT検診始めました

現在、日本人の肺がん死亡率は、男女合わせて**第1位**となっています。対策としては早期発見・早期治療が重要で、そのためには**低線量胸部CT検診をお勧めします。**

低線量CTってなに？

通常の胸部CTの**約8分の1の被ばく線量**で受けることが出来るCT検査です。

これにより毎年受けても健康に問題ありません。

※放射線被ばく線量を減らすため、通常のCT検査より照射線量を落として撮影を行います。

画像の質は劣りますが、最新の技術により陰影の存在は十分に判断可能であることが証明されています。

胸部レントゲン検査ではダメなの？

もちろんレントゲンでも肺がんは発見できますが、下記のような特徴があります。

胸部レントゲン検査の弱点

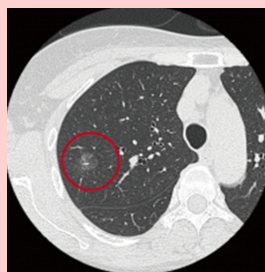
- 1.微小（早期）の肺がんは発見できない
発見できる大きさは、25～30mmとされています。
- 2.重なり合う臓器で見えない場所がある。
肺の一部が心臓・骨・肝臓などと重なり判断しにくい。



CT検査の利点

肺がんの発見率はレントゲンの**約10倍**

- 1.微小（早期）の肺がんは発見できる。
発見できる大きさは5～10mmとされています。
(発見された肺がんの約90%は早期がん)
- 2.断面像で重なりがないので判断しやすい。
- 3.解像度が高いので淡い病変も検出可



低線量胸部CT検診始めました



特徴

予約不要、当日OK
最新技術、従来の約1/8の被ばく線量
レントゲンでは写らない小さな病変まで検出可能

特に
お勧めの方

40歳以上の方
喫煙者(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方
近親者に肺がんの患者さんがいる方

料金 8000円 時間 約10分



医療法人社団大玄会
田上心臓リハビリテーション病院
電話 096-354-5885



検査の詳細については院内と当院HPに
ポスター掲示しています。
気になる点がありましたら
当院スタッフに気軽にお声かけ下さい。

放射線技師：松野 和哉

各部署からのお知らせ

～病院より～

新入職員紹介

7月より看護師1名が入職しました。

院外での活動について

熊本県内科医科学術講演会

日時：7月24日 場所：ANAクラウンプラザホテル熊本ニュースカイ

第2回心臓リハビリテーション地域連携セミナー

日時：8月29日 場所：ホテル日航熊本

当院大嶋院長が座長として参加しました。



～検査科より～

低線量 胸部CT検診
始めました

特徴
①線量低減、低線量
最新技術、従来の約1/5の線量は従来
の約1/10にまで低減し、低線量での検診が可能

特長
②高画質のCT
検診者1日10検診可能×検診者数10名以上での検診
で検診待ち時間の短縮を実現

料金 8000円 (時間 約10分)

医療法人社団大倉会
田上心臓リハビリテーション病院
電話 096-354-5885

表題でもお伝えしていますが、胸部CT検診のご紹介です。

○特におすすめの方

- ・40歳以上の方
- ・喫煙者
(1日の本数×喫煙年数)が600以上の方
- ・近親者に肺がんの患者様がいらっしゃる方

検査時間：10分
料金：8000円

～心臓リハビリテーションチームより～

この度、7月に実施された「第24回心臓リハビリテーション指導士試験」(主催：特定非営利活動法人日本心臓リハビリテーション学会)において**当院スタッフ1名が合格**しました。この資格試験を通して学んだ知識を基に、より一層心臓リハビリに対するチーム医療・専門医療を当院では行ってまいります。

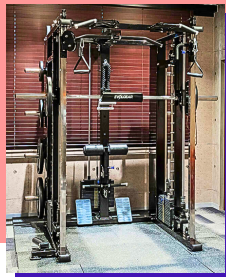
なお、当院内では現在
心臓リハビリテーション指導士：8名
心不全療養士指導士：7名
が在籍しています。今後も引き続き当院スタッフの資格取得にも積極的に取り組んでいきます。



～リハビリテーション科より～

5月より、EVOLGEAR社のカウンターオールインワンラック(型番：EVPR-06)を導入しました。当院での既存の器具に加え、より運動の種類や強度が細かく設定できるようになりました。

心臓リハビリテーションの知識に加えて、スタッフ間同士でも実践を含めた研鑽を行うことで、幅広い患者様に対して質の高い運動療法を提供できるように取り組んでまいります。



編集後記

日に新たに

足は第二の心臓

大嶋 秀一



「ゴルフは健康によろしい。その証拠によく歩くものほど長生きをする。欧米では**足は第二の心臓**と申して：日常生活の中に必ず散歩がメニューとして採用される。「スコアなどどうでもよろしい。われらの真の目的は自然の散策と友情の構築にある。ゴルフ万歳！」昭和14年、黎明期の日本のゴルフファアが一堂に会して駒沢コースでコンペが開催された時の清岡邦之氏のあいさつである。

約15年前になるが、下肢末梢動脈疾患を扱うようになり「足は第二の心臓」という言葉を使うようになったが、意外と古い時代から使われていたことがわかる。

この言葉の解釈はいろいろあると思われるが、透析患者は下肢壊疽で大切断すると、3年で約50%が亡くなりその多くが心臓疾患であり、人間は歩けなくなると心臓が悪くなるため、足(正確には脚)は第二の心臓だからフットケアは重要である、とこれまで考えていた。

ところが、最近心リハで有名なA先生の講演を拝聴し目から鱗であった。A先生は心肺運動負荷試験(CPX)の権威である。CPXは簡単に言えば、心臓と肺と筋肉の3つの機能を総合的に評価できる検査で、同年代の健康な人と比べ何%程度の総合機能があるかを数値化できる。大雑把に言えば、心臓の筋力が50%程度なくても、下肢筋力が150%あれば健康な人と同等になれる可能性がある。したがって、第一の心臓が悪くても第二の心臓である足を強くすれば長生きできることになる。思い起こせば、大きな心筋梗塞で心機能が極度に障害を受けても、20年以上元気に生活されている患者さんを何人も知っている。彼らは日頃からしっかりと歩いておられた。

ゴルフは健康にいいので、天気がよければ私は毎週末友人たちとコースに出かける。冒頭の黎明期のゴルフファアの一人である水谷俊彦氏(日本人ゴルフファアの第一号と言われている)が友人への手紙に、

「ゴルフは汲めども尽きぬ魅力が溢れて誠に申し分ないが、一向に上達しないところがわれながら情けない。：私からの忠告を彼に伝えていただきたい。ゴルフとは厄介な球戯にて候。ゆめ痛癢(かんしゃく)など起こさず、心安らかにミスを重ねるべし」

ゴルフをされておられる方々は納得される言葉かと思われる。足は第二の心臓だから、へばゴルフファアこそ長生きできるのである。

(参考図書 夏坂 健 ゴルフの神様)

診療時間

■月～金曜日/9:00-17:30 昼休み 12:00-12:30

■土曜日/9:00-12:00 土曜日の受付は12:00迄
※心療内科は田上理事長診察日(火・水・木)での対応

■休診日/日曜日・祝日・土曜日午後

※急患はこの限りではありません。来院前にお電話ください。HP:tanoue-heart-reha.com

病院情報

〒860-0842

熊本市中央区南千反畑町10-3

TEL:096-354-5885 FAX:096-354-5889

E-mail:info-tanoue@orion.ocn.ne.jp

HP:tanoue-heart-reha.com

QRコード



医療法人社団 大倉会

田上心臓リハビリテーション病院

TANOUE CARDIAC REHABILITATION HOSPITAL