20119

重症心不全患者の外来リハビリテーション開始から復職までの看護介入について

【目的】外来心臓リハビリテーションの看護師の役割として、患者の疾病管理に必要な教育・相談支援がある。重症心不全の患者が心臓リハビリテーションプログラムを 6 か月継続し心不全の増悪なく社会復帰をした症例を報告する。【方法】40 歳男性、拡張型心筋症・虚血性心疾患のため弁置換・冠動脈バイパス術を受け 6 か月間リハビリテーションを行った。毎回リハビリ室内で体重測定し、増減の理由を患者と共に振り返った。経口摂取量や身体活動量と体重の変化を関連付けて考え、判断できるよう指導した。患者の目標である復職については、外食の機会が増えることや運動療法の中断など、予測されるリスクを伝えた。復職後もスポーツセンターに通い運動量を維持するよう指導した。【結果】退院時 PeakVO2 10.0　LVEF19.0%、5 か月後 PeakVO2 18.0 LVEF18.0% と運動耐容能の改善はみられたが、左室駆出率の改善はみられなかった。体重増減の原因をその都度明確にしたことで、リハビリ終了時には体重増減の理由を生活と関連付けて述べることができた。復職前は昼食に外食を予定していたが、冷凍の減塩食を利用し外食をすることはなかった。復職後スポーツセンターに通う機会が減り運動量が低下したため、通勤中のウォーキング可能なコースを確認し、通勤時間を利用し運動療法を継続することができた。リハビリ終了後 2 か月経過したが、心不全の増悪を来すことなく経過している。【結論】本症例は極めて重篤な症例であったが、実践可能なレベルで生活指導を行ったことが療養行動の獲得につながった。