

患者のウォーキングを
見守る和田さん(左)
—社会保険高岡病院

社会保険高岡病院



社会保険高岡病院(高岡市伏木古府元町)は心臓病の入院治療を受けた人が、退院後も適切な運動を続けることで再発を予防する「心臓リハビリテーション」に力を入れている。担当する和田千恵子さんは県内の医療機関の心臓リハビリテーション指導士としては唯一、健康運動指導士の資格も持ち、運動の継続を支援している。

再発予防へ心臓リハビリ

和田指導士 術後の患者に助言

心臓リハビリテーションは欧米から広がった取り組み。日本では1995年に日本心臓リハビリテーション学会が設立され、2000年から指導士の認定制度が始まった。同学会によると県内には22日現在68人の指導士がいる。

社会保険高岡病院では和田政内科・循環器内科部長と和田さんが中心となり、昨年6月からリハビリ教室を始めた。和田さんは1年間、教室での実務を経験しながら勉強して今夏、心臓リハビリ指導士の認定試験に合格。健康運動指導士としての知識や経験を合わせて、患者が楽しみながら継続できる運動法をアドバイスできるといふ。

同病院では現在、毎週火曜にメディカルチェックを含め約1時間半のプロプログラムを行っている。30〜80代の14人が参加しており、和田さんが個々の表情や呼吸、心拍数などを観察し、簡単なストレッチや正しいウォーキングの方法などを指導。教室の受講期限は設けず、患者が継続して取り組めるよう支援している。和田さんは「医師も対象となる資格を取得できたことは大きな励み。安全で効果的な運動を指導したい」と話している。