

Vascular Street Journal

特集

福岡大学病院 心臓リハビリテーション 10周年を迎えて

福岡大学病院 リハビリテーション部
心臓リハビリテーションセンター 藤見 幹太

はじめに

2011年1月にハートセンターでの心臓リハビリテーションを開始してから、早くも10年が経過しました。多くの先生方、メディカルスタッフの協力のおかげで大きな事故なく今日に至っていることを感謝いたします。今回この『Vascular Street』で「心臓リハビリテーション(心リハ)10周年を迎えて」という特集を行う機会をいただきましたので、当院での心リハの現在までの経緯、今後の展望などを述べさせていただきます。



リハビリテーション部スタッフ

福岡大学医学部第二内科と体育学部

当院での循環器疾患と運動に関する歴史は古く、福岡大学医学部第二内科(現心臓・血管内科学)の初代教授である荒川規矩男先生、同大学体育学部(現スポーツ科学部)の進藤宗洋先生、故田中宏暁先生が中心となり研究されていた高血圧患者に対する運動療法の研究に遡ります。当時(1980年はじめ)、血圧と運動に関する研究の少ない中、しっかりした研究デザインのもと、中等度強度の有酸素運動を10週間実施することで有意に血圧が下がる

福岡大学における運動療法の歴史

- 1983年 WHOの軽症高血圧治療ガイドライン
「運動に関しては十分納得がいく明確な資料はないが、身体をなるべく動かしたほうが循環器疾患予防に良いようである」

1981年より福岡大学第二内科と体育学部と共同で高血圧と運動の研究を開始



- ❖ Arakawa, K. J. *Hypertens.* 11(3):223, 1993.
- ❖ Tanaka, H. et al. *Life Sciences* 39:1685, 1986.
- ❖ Tashiro, E. et al. *Chn Exp. Pharmacol. Physiol* 20:689, 1993.
- ❖ Matsuzaki, M. et al. *Cl Exp Pharmacol. Physiol* 19:471, 1992.
- ❖ Kiyonaga, A. et al. *Hypertens.* 7:125-131, 1985.
- ❖ Urata, H. et al. *Hypertens* 9:245-252, 1987.

ことを証明し、世界初の運動療法の比較対照試験として1987年に発表されました。このデータを取り入れる形で1991年にWHOが運動を降圧手段として認証し、アメリカ高血圧治療ガイドライン(JNC)、WHO/ISHガイドラインでも非薬物治療として運動療法を推奨された1991年のWHOの降圧と運動療法のガイドラインに引用され、引き続き1993年に発表されたJNC-5ガイドラインやWHO/ISHの高血圧管理

ガイドラインでも認知され、現在では、運動療法の降圧効果は常識となっています。

心臓リハビリテーション開始への準備

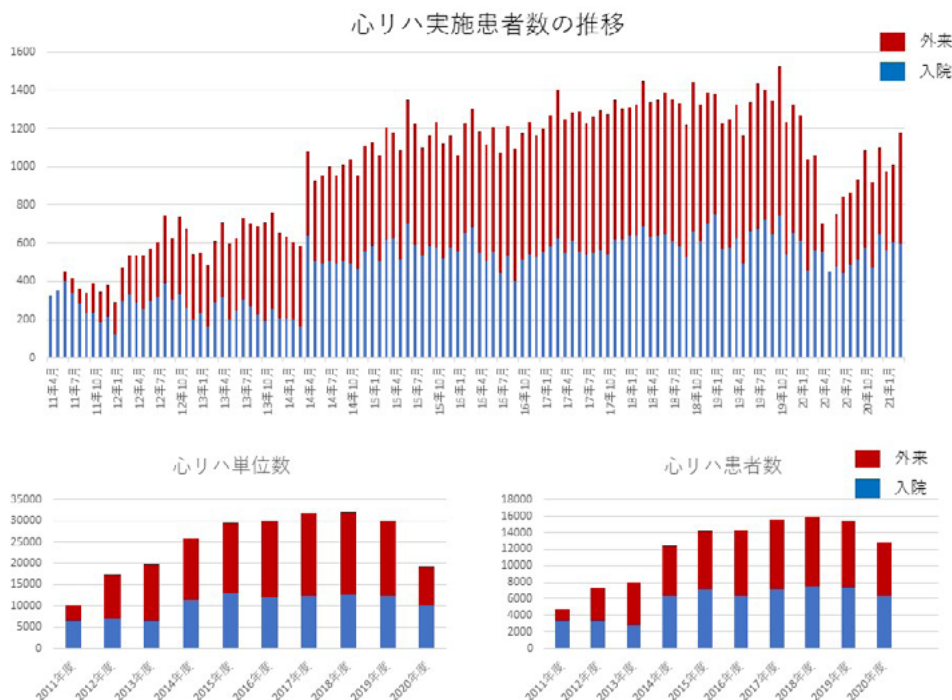
荒川先生の意志を引き継いだ朔教授のもと、福岡大学病院新診療棟開院にあたり、循環器内科治療への新たなチャレンジとして心リハ部門を立ち上げることとなりました。新診療棟の地下に糖尿病内科、スポーツ科学部と共同で運営することを目指してメディカルフィットネスセンターを、また病棟に心臓リハビリ室を作ることとなりました。当時准教授であった三浦先生と私とがプロジェクトメンバーに任命され、必要な設備、リハビリテーションに関するスタッフを調整するとともに、私は心リハの現場を学ぶため榊原記念病院の心臓リハビリテーション室にて半年間の国内研修を行いました。

心臓リハビリテーションのスタート

2011年1月より、新診療棟での診療が始まるタイミングに合わせて、まず病棟での心リハを開始しました。新年度までの3ヶ月は、理学療法士1人と医師1人、看護師1人と小さなチームで業務を開始し、リハビリ業務の他に看護師や研修医に対して心リハのレクチャーを行い、心リハの啓蒙に努めました。新年度になり、理学療法士が2人、スポーツ科学部の協力のもと健康運動指導士、管理栄養士も加わりメディカルフィットネスセンターでの外来心臓リハビリを開始しました。メディカルフィットネスセンターは、九州内の心リハ施設の中でも有数の広さを誇っており、多くの患者さんを受け入れています。

リハビリ患者の推移

先生方のご協力もあり、リハビリ実施患者数はリハビリ開始とともに増加しています。2019年度では外来リハビリ延べ人数約8068人、入院リハビリ延べ人数70404人と非常に多



くの患者さまが利用することができていました。しかし、昨年の Covid-19 のパンデミックにより、リハビリは規模を縮小せざるを得ない状態となっています。初めての緊急事態宣言の際には、メディカルフィットネスセンターは一時的に閉鎖を行いました。約1ヶ月半の休止ののち、病院の感染制御部とも相談し、実施数を約半数とすること、患者間の距離を確保すること、こまめな換気・消毒を行うことを徹底して再開しています。以後はこの体制で外来リハビリを継続しており、幸いフィットネス内での Covid-19 の発症は認めていません。

学会・研究活動

当院でのリハビリを開始して以降、当院での心リハのデータを利用し多くの先生方・メディカルスタッフが学会発表を行っており、日本心臓リハビリテーション学会学術集会、日本心臓リハビリテーション学会九州地方会、日本循環器学会などへ発表を継続して行なっています。また、2015年に心リハ指導士研修施設、2019年より心リハ優良プログラム施設に認定されています。2018年には、三浦教授を会長と



して第4回日本心臓リハビリテーション学会九州地方会を開催することができました。

院内から医師・メディカルスタッフ合わせて12名が心リハ指導士の資格を取得しています。現在は末松保憲先生に心リハにご協力いただき、研究にも大きく力を注げる体制となっており、若い先生たちの研究や論文作成のお役に立ちたいと考えています。

コロナ禍でのリハビリと今後の展望

患者の推移でも述べましたが、Covid-19のパンデミックに伴い、外来心リハは一時中止し、縮小して再開しましたが、この状況はしばらく続くことが予想されます。このパンデミックを契機にリハビリから離れる患者さんも多く、今後のwithコロナの時代には新たなリハビリの形の模索が必要です。本年3月より、AMED研究での遠隔心臓リハビリの多施設共同研究が行われ当院も参加する機会を得ました。末松先生・森田絵衣先生が中心となり、病院と患者さんの自宅とをオンラインで繋ぎリアルタイムでコミュニケーションを取りながら遠隔心リハを実践しました。今後、このようなIoTを用いた診療行為は、リハビリだけでなく多くの領域で可能性が広がることが予想され、積極的に取り入れる必要があると考えられます。

おわりに

ハートセンターでの心臓リハビリテーションを開始し大きな問題や事故なく10周年を迎えることができたことは、これもひとえに多くの先生方のご協力と、患者さんと真摯に向かうメディカルスタッフの姿勢によるところが大きく、この場を借りて厚く感謝いたします。今後更に努力を重ね、より多くの患者さんの再発のない生活と長生きに貢献できる場所を提供していきたいと考えています。

Prof. S. Miura's Commentary

福岡大学病院で心臓リハビリテーション（心リハ）が本格的に開始されてから10年が経過しました。当院の心リハは、全国に39施設のみ日本心リハ学会認定の心リハ研修施設の一つであり、かつ、16施設のみ認定の心リハ優良プログラム認定施設となっています。心リハは、運動が中心ではありますが、包括的に患者中心の医療を多職種協働で実施していきます。心リハの最大の目的は、心臓病を有していても、心が病むこともなく普通に日常生活が送れることであり、健康寿命の延伸にあります。今後も心リハを地域の医療関係者や患者様に広められますように努力してまいりますのでご指導をよろしくお願いいたします。