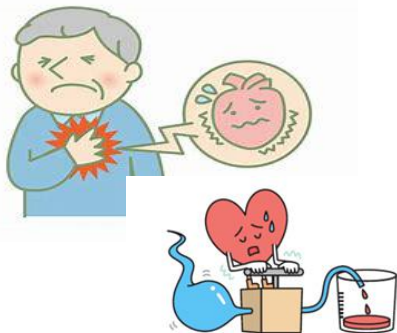


令和5年3月22日（水）施設内研修会

テーマ：「介護士が知っておきたい心不全について」

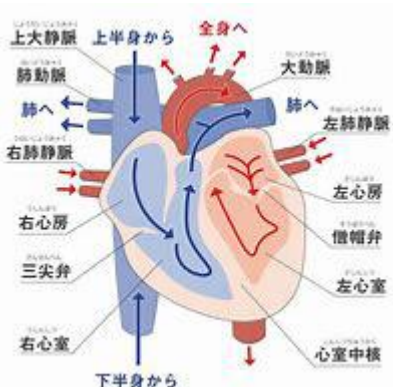


○多くの高齢者は、心不全と共に生きています。要介護状態になると8割は何かしら心臓の低下と共に生きています。

今回のテーマである心不全とはどんな症状で注意が必要なのでしょうか？

※心臓は、心筋という筋肉でできており全身に血液を送り出すポンプの役割をしています。血液を送り出すことで全身に酸素や栄養素を運び、また全身から二酸化炭素や老廃物を集めてくるといふ大きな働きをしています。

心不全とは、このポンプ機能が低下し、全身の臓器に血液を送り出せなくなった状態のことです。心不全とは病名ではなく、こうした状態を指す言葉です。



○心不全の進行表などの病気により、心臓に負荷がかかり続け心臓が疲れてしまい最終的に心臓のポンプ機能低下により全身に血液を送り出せなくなり

心不全の進行

ステージ A	ステージ B	ステージ C	ステージ D
心不全の危険因子あり	心臓の動きに異常が出現	心不全の症状が出現	治療が難しくなる
高血圧 糖尿病 動脈硬化など	心肥大 心拍出量低下 心筋梗塞 弁膜症・心筋症 不整脈など	※2017年に心不全がステージ別に分けられました。心不全の治療はステージの進行を予防することです。	

様々な症状が現れます。



○治療法…症状を悪化させない日常生活を送る事が大切です。心臓に過度の負担を与えないようにし、体液量を適切にコントロール。状態に応じたケアが必要。

（薬物療法・食事療法/運動療法：軽度の方には運動を行う事で生活の質が改善）

※心不全の進行度や症状に応じて薬治療に加えて、手術を行います。

心不全の症状

症状は、動悸・息切れをはじめ体重増加などが見られ、起座呼吸といって横になって眠れないが身を起すと楽になる状態がみられることが特徴である。

悪化の兆候は…？

- ・元気がなくなる・食欲がなくなる・浮腫の悪化や体重の増加などがあげられる。
- ・心不全は悪化と回復を繰り返し症状が進行。安静にしている状態でも症状がある状態になる

◇心不全は適切な健康管理で穏やかな生活を送ることが可能です。日常の健康管理体調の変化の観察が重要となります。日頃の体調変化の観察をきちんと行い穏やかな生活を送ることができるように、ご利用者様の情報を共有し支援して行きましょう。施設では、ご利用者様の経過観察・お薬管理・お食事・日常生活支援などにおいてミーティング・研修会などを通して連携を図っております。

今回の研修会でも、ご利用者様の対応について部署ごとの意見も、交わされ今後のケアに活かしていきたいと思えます。

皆様、研修会お疲れ様でした。病状により、ベッド上で横になるより、起座の方が心不全の方には楽（苦しくない）などためになりましたね。ご利用者様の身体に合ったケアを心掛けて行きましょう。

