

心不全 Q&A

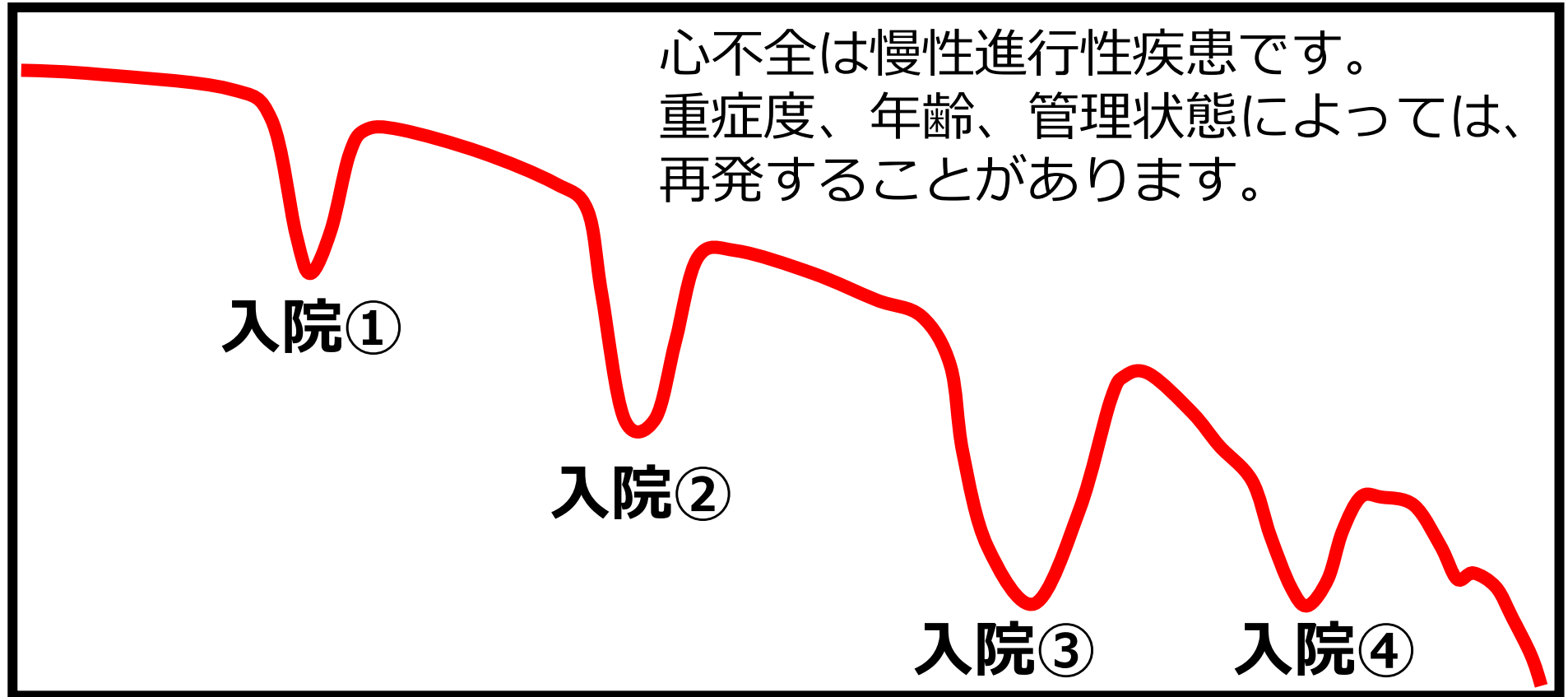
笹生病院 循環器内科 患者様資料

Q1. 心不全は再発しますか？

元気な状態



悪い状態



時間経過

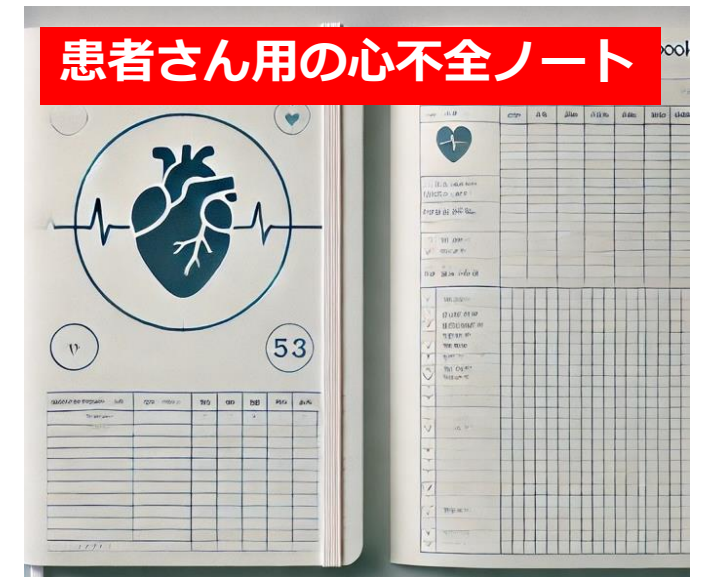
Q2. 再発予防のためにすることは？



(1) まずはしっかり**お薬をしっかり飲む**ことです。

(2) **セルフマネージメント**も大事です。

- ・日々の健康チェック
- ・日々の血圧チェック
- ・日々の体重チェック



(3) **定期的な外来通院**と、日々の疑問点を先生に相談しましょう。

Q3. 水分はとっても大丈夫なの？



患者さんの状態によって、異なります。

一般的には、1~2リットル程度であれば、大丈夫です。
しかし、次のような人は先生に相談してみましょう。

- ✓ 腎臓機能が悪い人
- ✓ 利尿剤をたくさん服用している人
- ✓ もっと水を飲んでいるような人



Q4. 塩分はとっても大丈夫なの？

- 一般的に、減塩が望ましいとされています。
- できる方は、減塩をしましょう。

しかし、**高齢者でそもそも食事が少ない方は注意**する必要があります。

- 減塩する前に、必要カロリーをしっかりと摂取することが大前提です。
- 心不全治療にはエネルギーが必要です。
- 必要カロリーを摂取することが優先です。
- 少しでも美味しく食事も摂りたいものです。



Q5. 運動はどれくらいしても良いの？



患者さんの状態によって、異なります。

一般的には、運動療法を行った方が良いとされています。
ただし、無理は禁物で、**程度としては「少ししんどい」**くらい
までにしておきましょう。

しかし、次のような人は先生に相談してみましよう。

- ✓ 不整脈があると言われた人
- ✓ 運動しても、すぐにしんどくなってしまう人
- ✓ 心臓機能がかなり悪いと言われた人

