

# 心臓リハビリテーションNEWS

## リハビリ強化栄養療法開始！！

筋力を向上させるためには、筋肉量を増やす必要があります。そのためには運動は必須ですが、より効率的に筋肉量を増やすためには、タンパク質の摂取が重要です。タンパク質は20種類のアミノ酸で構成されていますが、特にBCAA（分岐鎖アミノ酸）は筋肉に多く含まれるアミノ酸（バリン、ロイシン、イソロイシン）です。

BCAAは筋肉のエネルギー源となると同時に、筋肉を作る働きを促進し、筋肉が分解されるのを抑制します。また、高齢者は筋肉を作る働きが若年者に比べ低い傾向にあるため、より積極的な摂取が必要です。

当院では11月よりリハビリ効果をさらに高めるために、BCAA入りのゼリー飲料をリハビリ後に摂取する取り組みを開始しました。この取り組みにより、より早期に希望する運動能力回復や在宅復帰に繋がると同時に、筋力を強化することは、心臓を守ることにつながるため、心臓病の再発予防にも貢献できます。



## 脳卒中・循環器病対策基本法案成立

循環器の病気は、喫煙や過度の飲酒、運動不足など生活習慣を見直すことで発症のリスクを下げられますが、患者数は増加傾向にあり、日本人の死因ではがんに次いで多くなっています。「脳卒中・循環器病対策基本法案」が12月8日に参議院本会議を通過し、12月10日、衆議院本会議にて全会一致で成立しました。この法律を根拠に、国や都道府県には、循環器病対策を推進するための計画策定を義務づけることとなります。また、「がん対策基本法」と同様、本基本法の成立によって、心臓リハビリテーションを含む医療・福祉体制の整備が大きく進むことになります。

### 心臓病は予防ができる

↓ そのためには…

- 啓発活動
- 検診システムの充実
- 心臓リハビリの普及
- 新しい治療法の開発
- 治療の均てん化、救急治療の拠点化、疾病登録

↓ その結果として…

- 健康寿命延伸
- 生活の質向上
- 医療費の節減
- 要介護の減少

### 我が国における心不全患者

日本の心不全患者数



先進国ばかりでなくアジア・アフリカの諸国でも心不全患者が急増している

Okura Y 他: Circ J: 2008より作図

### 循環器病※ 4大疾患

#### 心不全

5年間の死亡率50%  
心臓の働きが  
だんだん  
悪くなる病気

#### 急性心筋梗塞

突然死や  
心不全の  
原因となる病気

#### 大動脈解離

働き盛りの  
命を突然奪う  
危険な病気

#### 不整脈

脳卒中や  
突然死の  
原因になる病気