

心臓リハビリテーションNEWS

日本腎臓リハビリテーション学会認定「腎臓リハビリテーション指導士」試験2名合格！

近年、腎機能が低下するにつれ運動能力や身体活動量が低下することが知られるようになり、身体活動量低下が死亡や生活の質（QOL）の低下と関連する事が明らかになっています。

腎機能の状態をしっかりと把握し、病状を悪化させない適切な運動を指導し、薬物療法や栄養療法と並行して質の高いリハビリテーションをできるエキスパートが「腎臓リハビリテーション指導士」です。腎臓と心臓は常に密接な関係にあるため、心臓リハビリテーションを行う上でも腎臓を理解することは大変重要です。

腎臓が悪い人に運動するとかえって腎機能が悪化するといわれ、なるべく安静にすることがよいとされていましたが、現在は状態が安定していれば、運動をできるだけ推奨し、適切な運動は腎機能を悪化させず、むしろ改善するという報告が多くなっています。

内藤医師

櫻田理学療法士