

2025 年 5 月

訪問看護ステーション にぎ和い上田 NEWS 5 月号

vol. 23

道端や花屋さんをみればカーネーションが並び、空を見れば鯉のぼりが泳ぐ季節となりましたが、皆様どうお過ごしですか？

私事ですが、今月誕生日を迎えました！利用者様やスタッフからたくさんの「おめでとう」を頂き、ますますやる気に満ち溢れています。笑顔 120%で頑張ります！皆様も体調を崩さずにお過ごしください！ 【市川】



知っておきたい「心不全」のこと - 早期対応が未来を変える -

心臓は、全身に血液を送るポンプの役割を担う大切な臓器です。

しかしその機能が低下して、息切れやむくみなどの症状が現れる状態が[心不全]です。

進行すると入院治療が必要となり、又は、生活の質の低下につながることもあります

心不全の悪化を遅らせ、自分らしい生活を長く送る為にも、早期対応をお勧めします。

早期に対応する 3 つのメリット

1. 症状の悪化を防ぎ、
安定した生活を送ることが
できる。

心不全の初期には、ちょっとした
息切れ 疲れやすさがある。
これらのサインに早く気づき、
適切な治療や生活習慣の改善
を行うことで、その症状の進行を
緩やかにできる。

2. 入院のリスクを減らす。

心不全が進行すると入院が必要になる。しかし、早期に適切な
管理を行うことで、心臓への負担
を減らし、症状の急な悪化を防ぐ
ことができる。

3. より良い状態で、
自分らしい人生を
送ることができる。

早期からの適切な対応で、
心不全と上手く付き合いなが
ら、健康寿命を延ばすことが可
能となる。



心不全の療養には、訪問看護が心強い味方です

私たちの訪問看護ステーションでは、心不全の患者様が安心してご自宅で過ごせるよう、専門的な知識と温かい心でサポートいたします。

訪問看護では、以下のような支援を行っています。

1・【症状の観察とアドバイス】

- ・ 息切れやむくみの程度、体重の変化などを観察。
異常の早期発見。
- ・ 症状に合わせた日常生活の注意点や対処法などの具体的にアドバイスする。

2・【服薬管理のサポート】

- ・ 医師の処方薬を忘れずに内服できるように確認管理でお手伝い。
- ・ 服薬管理で誤薬の予防や副作用の出現の有無などの確認、服薬指導支援を行う。

3・【生活習慣の指導】

- ・ 塩分制限や水分管理、適切な運動など、一人ひとりに合わせた具体的な指導を行う。



4・【医療機関との連携】

- ・ かかりつけ医や関係機関と密に連携を取り、ご利用者様にとって最適な医療とケアを提供する。

5・【ご家族への支援】

- ・ ご利用者様、ご家族様の不安や疑問にも丁寧にお答えし、安心して生活ができるように支援を行う。

当訪問看護ステーションのご利用中のご家族様から「体重が増えました。息切れが多く、大丈夫でしょうか？」と相談あり、心不全兆候を確認。緊急搬送で受診や入院の対応をしています。

NYHA 心機能分類

NYHA I度	NYHA II度	NYHA III度	NYHA IV度
心疾患はあるが、通常身体活動では症状なし	通常身体活動で疲労、呼吸困難などが生じる。軽度の制限。	通常身体活動が高度に制限される。安静時には無症状。	心疾患のため、いかなる身体活動も制限される。安静時にも症状が出現。
階段・坂道OK	階段・坂道で息切れ 平地歩行はOK	平地歩行で息切れ	安静時で呼吸苦横になつていられない

I度、II度で訪問看護介入開始できれば、より長く住み慣れた自宅で生活できます！

心不全と診断されても、決して一人で悩まないでください。まずはお気軽にご相談ください。