慢性心不全（急性増悪期）で入院をする＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿様へ

福井赤十字病院　循環器科

	入院日　～　7 日目	8 日目　～　14 日目（退院まで）
月日	月　　日　～　月　　日	月　　日　～　月　　日
目標	血圧、尿量が安定する 呼吸困難、胸部症状が改善する	心不全症状がなくなる 水分と体重の自己管理ができる
検査 処置	・心電図モニターをつけます（症状に応じて外します） ・24時間点滴があります（症状に応じて終了します） ・必要時膀胱留置カテーテルを入れます（症状に応じて外します） ・必要時酸素吸入を行います（症状に応じて外します） ・必要時血糖検査、心電図、胸部レントゲンなどの検査を行います 	・必要時、血液検査・心電図・胸部レントゲンなどの検査を行います
安静度	・ベッド上安静です ・心臓リハビリテーションの経過に従って行動します	
食事	・1 日（　　）ml までの飲水制限があります ・許可があれば治療食が開始されます →	→
排泄	・ベッド上で行います （症状に応じてトイレに行けます）	
清潔	・体を拭きます（　・　）曜日 ・陰部洗浄を行います	・症状に応じてシャワー・入浴が出来ます
看護	・安静中のため、身の回りの援助を行います →	→
教育・その他	・状態が落ち着いてきたら日常生活の注意点について説明します ・6 日目から心不全指導始まります ・心不全手帳を渡します 	・薬剤師より薬の説明があります ・栄養士より食事の説明があります
説明者		

※状態に応じて予定が変わることもあります。何か質問があれば看護師にお聞きください。

主治医（　　）　担当看護師　（　　）

入院負担割合	３割	70 歳以上（１割）	70 歳以上（２割）	70 歳以上（３割）
負担額	約 250, 000～400, 000 円	約 65, 000 円	約 65, 000 円	約 250, 000～400, 000 円

2022. 4. 19☆

日常生活においての注意事項

1） 体重について

短期間での体重増加は心不全の悪化の兆候です。体重測定は決まった時間に毎日行うようにしましょう。

1 週間で 1.5～2.kg体重が増加し、むくみや息切れなどの症状が伴う時は心不全を疑って早めに受診してください。

2） 水分について

心不全では水分が体にたまりやすくなっています。水分の取り過ぎには注意が必要です。

水分量は心不全の程度によって変わります。医師に確認しましょう。

3） 塩分について

体に血液中の塩分の割合を一定に保とうとする働きがあるので、塩分を取りすぎるとそれを薄めようとして水分が取り込まれます。

体内の水分量が増加してしまい、心臓に負担がかかってしまいます。

☆塩分を控えるポイント☆

薄味に慣れる・・・塩味の薄い食事に慣れることが第一歩です。当院の心臓食は塩分 6g／日です。

漬け物・汁物の量に気をつけて・・・塩分の多い漬け物や汁物は食べる回数と量を減らしましょう。

効果的に塩味を・・・塩は食品の表面にさっとふりかけると少なくて塩分を感じることができます。

「かけて食べる」よりは「つけて食べる」・・・つけて食べたほうが塩分摂取量が少なくてすみます。

香辛料を上手に使いましょう・・・ゆず、大葉、ゴマなど香りのあるものを使用すると味に変化がつきます。

酒の肴に注意・・・酒の肴に合う料理は意外に塩分が多く含まれているので少量にしましょう。

練り製品・加工食品に気をつけて・・・かまぼこ、はんぺん、薩摩揚げ、ハム、ベーコンは塩分が多い食品です。

食べ過ぎないように・・・減塩醤油や減塩味噌も使う量が多ければ塩分も増えます。

4） 薬について

心不全には利尿薬などの薬物療法が基本です。体調が良くなったといって自己判断で薬の服用を中断してはいけません。

薬の中断によって症状が悪化する場合があります。医師の指示通り服用するようにしてください。

5） 感染防止について

風邪などの呼吸器感染症は時として心不全を悪化させることがあります。

寒い時の外出やインフルエンザの流行している時期に人込みに出ることを避けましょう。

また、マスク（洗って清潔なもの）を利用し、帰宅時には必ずうがいと手洗いをしましょう。

“風邪を引いたかな”と思ったら、早めに受診し早めに手当てをしましょう。

福井赤十字病院　1－6 病棟