

認定看護師の  
活動について

# 慢性心不全看護 認定看護師

3階北病棟 井上 恵美



心不全は、日本における死因の第2位であります。心不全は急になるわけではなく、なにかしら原因があります。心臓の弁が悪かったり、不整脈が原因であったりと色々心不全を来す原因はあります。しかしこういった病気だけではなく、食事の管理や処方された薬をきちんと服用するなど、ご自身で管理し、できるだけ心不全を来さないようにすることもできます。

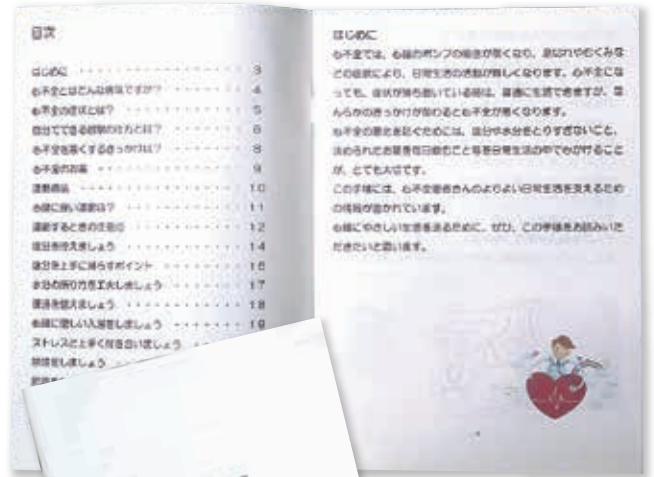
私は当院の循環器内科病棟に勤務し、慢性心不全看護認定看護師となり4年が経ちます。慢性心不全看護認定看護師は、心不全となった原因の評価を行い、心不全の状態に応じた生活調整を行う役割があります。心不全で入院された患者さんに、退院後の生活が困らないようにするために、早期から関わらせていただいています。

心不全は繰り返すことで徐々に心臓の機能が悪くなっていってしまいます。繰り返さないために大切なことは、セルフモニタリングとって、血圧管理やむくみ、体重測定などの観察をすることです。心不全で入院をしても長期入院とならないように、また早期受診をすることで入院をしないためには、症状がでたときに早期発見ができ、早期に受診ができるように毎日のセルフモニタリングを行うことが大切です。セルフモニタリングは退院後から始めるのではなく入院中から行います。正しい知識を習得したうえで自宅へ帰られてからもセルフモニタリングが続けられるようにしなければいけません。そこで、入退院を繰り返さず自宅で過ごせるように、当病棟では昨年度、退院時パンフレット(心不全手帳) = 写真を作成しました。心不全で入院された患者さんだけでなく、ご家族にもわかりやすいような内容で作成しています。パンフレットを使って、具体的に生活のイメージができるように入院中から患者さんだけでなくご家族にも説明を行っています。また、退院してから1日でも長く自宅で生活できるように他職種と協力して、患者さん個々に合わせた生活調整を行い、生活指導を受け持ち看護師と一緒にしています。

心不全の症状は、急激な体重増加、夜間寝ていて突然息が苦しくて目が覚める、むくみがでる、今まで楽にできていたことでも息切れがするなどです。

生活の中で観察できることは、

- ①むくみの観察：朝一番で指で足などを押して跡が残らないか、メガネの跡がつくなど
- ②急激な体重増加：毎日決まった時間に体重測定を行う。1週間で2～3kg急激に増加していないか
- ③夜間寝ていて突然息が苦しくて目が覚める：寝てから数時間後、発作的に息苦しさが見えていないか、そしてその息苦しさは起き上がるとなくなるか→心不全増悪の可能性がります。



パンフレット(心不全手帳)

