

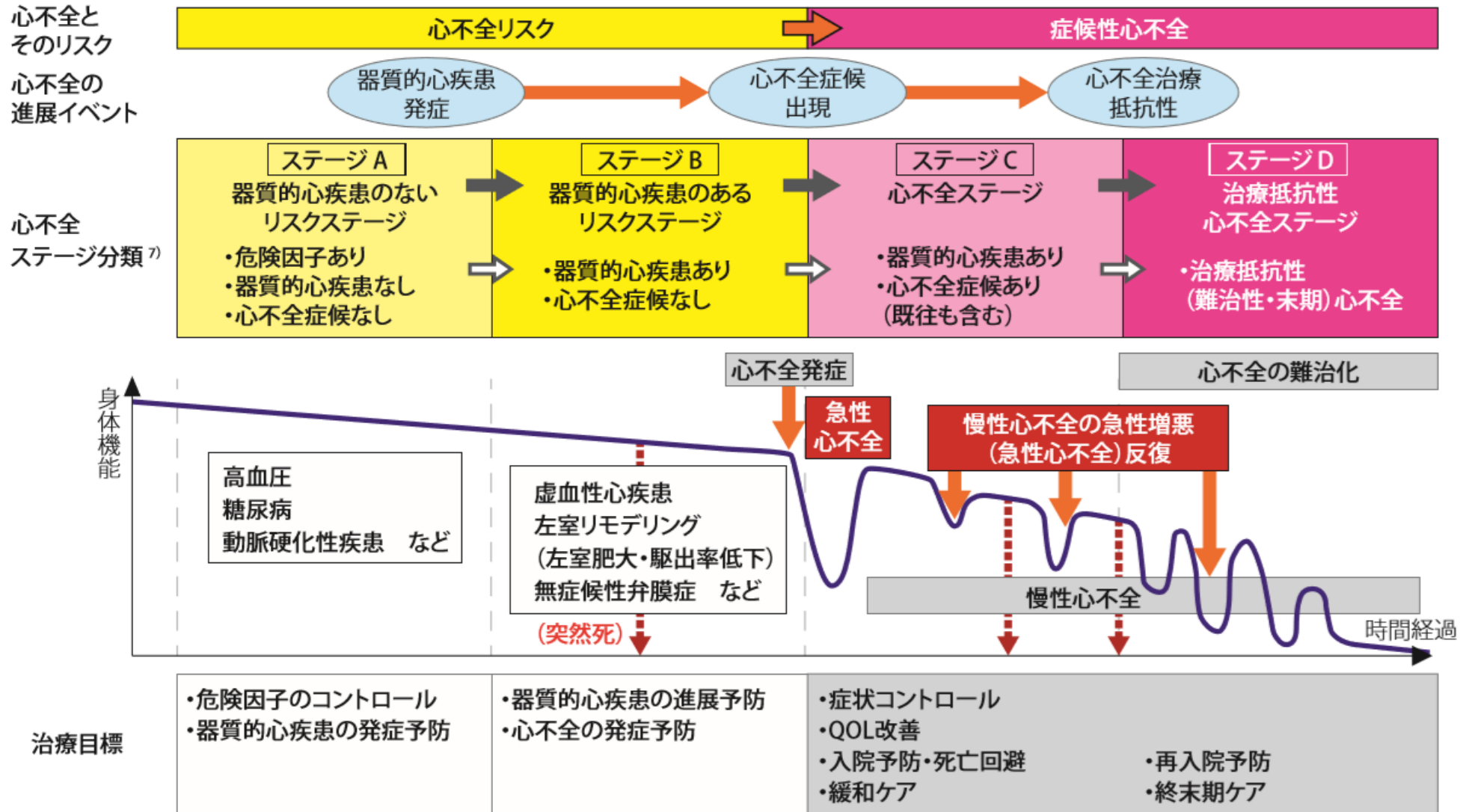
# 心不全の薬薬連携について

「心不全フォローアップシート」の活用法



淡海医療センター 薬剤部

# 心不全とそのリスクの進展ステージ



# 心不全治療の目標

- 心不全は**経時的に進行する慢性疾患**であり、ステージA～Dに分けられます。
- ステージA・Bは心不全症候を発症する前の段階であり、この時期の治療がその後の心不全発症を予防、もしくは遅らせます。原因疾患としては**高血圧、虚血性心疾患**が多くこれらの管理が重要です。
- ステージC以降は**心不全の症状・兆候が出現**する時期です。（＝慢性心不全）  
症状が安定していても治ったわけではなく、増悪と寛解を繰り返しながら徐々に進行していきます。  
また、その過程では重症不整脈など突然死のリスクもあります。  
そのため、心不全の治療目標は「**患者のQOLを維持し、再入院を予防すること**」となります。

# 心不全の症状について

心臓は、全身に血液を送るポンプの役割をしています。

心不全では、心臓が全身に血液を送り出せないことによる低心拍出<sup>はくしゅつ</sup>の症状と、送り出せない血液がからだにたまるうっ血<sup>うっけつ</sup>の症状が出ます。



## ①低心拍出<sup>はくしゅつ</sup>の症状

全身に血液が十分に  
行き届かないことにより、  
以下のような症状が  
出やすくなります。

- 血圧が下がる
- 疲れやすい
- からだのだるい
- 手足が冷たい



## ②うっ血<sup>うっけつ</sup>の症状

送り出せない血液が、からだにたまることにより、  
以下のような症状が出やすいです。

- 息苦しい
- 夜間に咳が出る
- 横になると苦しい
- 動いたときに息が切れる
- 体重が増える
- 足がむくむ
- 食欲がない



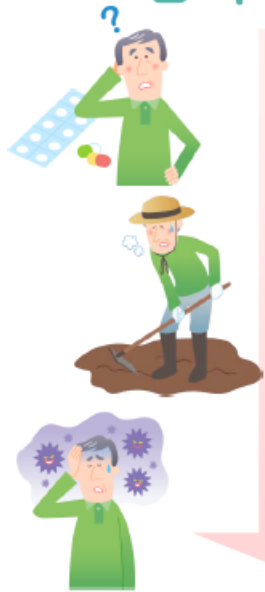
その他にも、お腹の張りなど、典型的でない症状が出る  
こともあります。いつもと違う症状がある場合には、医療  
機関にご相談ください。

# 心不全患者の再入院予防のために

心不全が増悪する原因は、医学的な原因よりも、生活習慣不良など**患者要因のもの**が多く、これらに対する**療養指導・支援の反復**が必要です。

## 普段の生活で 心不全を悪化させる原因は

- ✕ 薬の飲み忘れ
- ✕ 塩分のとりすぎ(\*)
- ✕ 過労・運動不足
- ✕ 喫煙・お酒の飲み過ぎ
- ✕ 感染(かぜ・肺炎)
- ✕ 我慢して受診しないなど



- ◆ 心不全患者の再入院予防には、服薬指導だけでなく左記のような**自己管理の指導**を行う必要があります(**心不全療養指導**)
- ◆ 適切な治療や管理を行っていても、心不全の状態が悪化してしまうこともあります。症状が出ているのに我慢しているとさらに予後悪化につながるため、**適切な受診勧奨**が重要です。
- ◆ 心不全療養指導は単回でなく、**繰り返し継続**することが重要です。

\*塩分摂取量は6g/日を基本に患者ごとに適正量を検討  
(心不全に対して塩分6g未満を推奨するエビデンスは乏しい)

# 急性増悪時の早期発見と受診勧奨

- 急性増悪時の的確な初期対応は患者予後を改善するため、症状・徴候に応じてかかりつけ医や病院に受診勧奨を行ってください。（増悪時に受診するように普段から指導しておく）

## 心不全増悪の経過



- 体に水がたまり体重が増える
- この時点では症状なし
- 軽い心不全症状が出現
- 我慢していると…
- 心不全症状が増強
- 我慢できず…



救急入院

## もし、心不全が悪化しても…



無症状、もしくは軽い症状の早い段階で悪化に気付き外来受診・治療を受けると心不全増悪を防げる可能性があります。

# 心不全のサインの観察



## こんなときはレッドカード!

これらの症状は、危険な状態である可能性があります。

**すぐ受診が必要な状態です!!**

### ① 安静時の息苦しさ・夜間の咳

夜は眠れていますか？

- 咳が出て眠れない
- 何もしていないのに息苦しい



### ② 横になると苦しいが、座ると楽になる

寝ているときに、急に苦しくなりますか？

- 横になると息苦しい
- 起き上がる、座ると楽になる



### ③ 血圧がいつもよりとても高い、または低い

血圧は、いつもの値と大きく変わりませんか？

- 起き上がるとフラフラする感じがする
- めまいがする
- 倒れた



### こんなときはイエローカード！

心不全が悪くなってきています。水分・塩分は摂りすぎていませんか。お薬はきちんと飲んでいますか。生活を見直してみましょう。

早めの受診をおすすめします！！

#### ①体重増加

ここ数日で急激に増えていませんか？

- 体重を毎日測りましょう
- 数値は記録して、普段の体重と変化がないか比べましょう



#### ②足のむくみ

足はむくんでいませんか？

- 足のすねを指で10秒押し、その部分を指でなぞります
- へこんでいたら、むくみがあります



こんなときも足のむくみです

- 靴下の跡が強く残る
- 靴がきつくなる
- 足首が太くなった



#### ③動いたときの息切れ

少しの動きで息が苦しくなりますか？

- 今まで休まずに歩いていた距離でも息切れがして休憩が必要



#### ④疲れやすい・だるい

普段より、からだはだるくないですか？

- 休んでいても疲れる
- 何もしたくない

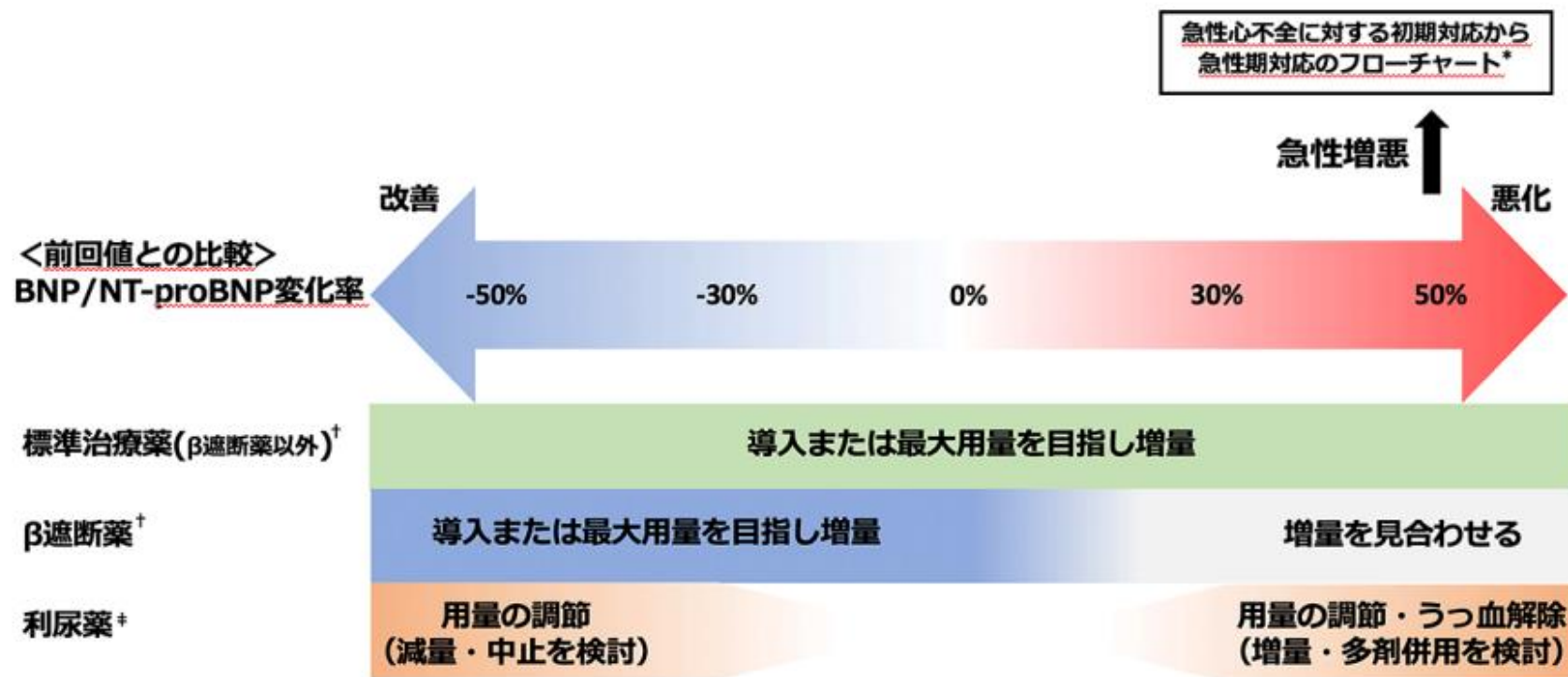
#### ⑤食欲がない

ごはんは食べられていますか？

- 食欲がなくなってきた
- 食べる量が減った



# BNP/NT-proBNPを用いた慢性心不全管理



\*日本循環器学会, 日本心不全学会. 急性・慢性心不全診療ガイドライン2017年改訂版. P79. 図11参照.

†最新の心不全診療ガイドラインに準じて左室駆出率に応じた標準治療薬. 血圧, 心拍数, 腎機能, 電解質(特にカリウム値)に応じて忍容性がある限り目標用量まで増量する.

‡利尿薬はループ利尿薬, サイアザイド系利尿薬, パソプレシン<sub>V2</sub>受容体拮抗薬, 炭酸脱水酵素阻害薬・浸透性利尿薬を指す.

前回に較べてBNPが40%以上, NT-proBNPが30%以上上昇した時には、心不全の増悪の可能性を考慮し、その原因を探索し、早期介入することが必要

# 自己管理「セルフケア」の3ステップ

患者さんが**どの段階で躓いているか**を

アセスメントすることが重要です

## STEP 01

セルフケア  
メンテナンス

増悪の予防

## STEP 02

セルフケア  
モニタリング

心不全症状の自覚

## STEP 03

セルフケア  
マネジメント

症状出現時に対処

# セルフケア指導

- 患者さんと記録手帳を一緒に振り返り、測定や記録ができていれば賞賛するようにしてください。
- 患者さんの行動変容を促すためには、**自己効力感 (self-efficacy)** を高めることが重要です。
- できていない部分については、患者さんがすぐにできる小さな目標を設定し、小さな成功体験を積んでいくことが成功のカギとなります。



心臓病手帳（滋賀県版）



心不全手帳（日本心不全学会）



✓ 体重測定

✓ 血圧測定

✓ むくみ・息切れの  
確認

毎日の確認  
が必要

# 「心不全フォローアップシート」

## ☑ 心不全療養指導の連携ツール

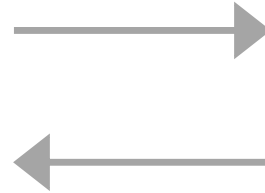
多職種での指導内容を情報提供

「薬剤管理サマリー」 &  
「心不全フォローアップシート」



淡海医療センター 薬剤部

退院時薬剤情報連携加算：60点



「心不全フォローアップシート」  
で療養指導を継続



病院へ毎回フィードバック



保険薬局

服薬情報等提供料1：30点

患者名 (ID)	
薬局名	
心不全の原因疾患	<input type="checkbox"/> 陈旧性心筋梗塞 <input type="checkbox"/> 高血圧 <input type="checkbox"/> 心房細動 <input type="checkbox"/> 弁膜症 <input type="checkbox"/> 心筋症
左室駆出率(LVEF)による分類	LVEF: % <input type="checkbox"/> HFrEF <input type="checkbox"/> HFmrEF <input type="checkbox"/> HFpEF
心不全入院歴	前回: / / ~ /
体重	入院時: Kg 退院時: Kg

202 年	/	/	/	/	/
●薬を飲み忘れることはありますか？	なし 週に1回程度 月に1回程度 ( )	なし 週に1回程度 月に1回程度 ( )	なし 週に1回程度 月に1回程度 ( )	なし 週に1回程度 月に1回程度 ( )	なし 週に1回程度 月に1回程度 ( )
●塩分の摂りすぎに注意していますか？	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
●汁物は1日1杯までにし、 糖類では汁を残すようにしていますか？	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
●漬物を控えていますか？	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
●外食や加工食品を控えていますか？	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
●日常生活で過労しないよう注意 していますか？ (掃除など家事も含む)	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
●禁煙はできていますか？	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
●節酒はできていますか？ (目安：日本酒1合、ビール500mLまで)	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
●毎日の体重測定を行っていますか？	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
●毎日の浮腫の確認を行っていますか？	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
●体重	( Kg)	( Kg)	( Kg)	( Kg)	( Kg)
●労作時の息切れはありませんか？	なし・あり	なし・あり	なし・あり	なし・あり	なし・あり
●就寝時の呼吸苦や、苦しくて横になれ ないことはありませんか？	なし・あり	なし・あり	なし・あり	なし・あり	なし・あり
●BNPは前回よりも上昇していませんか？ (心臓に負担がかかる上昇)	はい・いいえ ( Pg/mL)	はい・いいえ ( Pg/mL)	はい・いいえ ( Pg/mL)	はい・いいえ ( Pg/mL)	はい・いいえ ( Pg/mL)
●心不全増悪時に受診する目安を 知っていますか？ (1週間での2 Kg以上の体重増加、浮腫の悪化、 息切れの悪化、夜間呼吸困難の出現など)	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ	はい・いいえ
担当者					

心不全の薬薬環境について



薬局時にチェックシートを記入いただき、1枚目・2枚目とも当院薬剤部まで毎回FAX送信をお願いします。

淡海医療センター 薬剤部 TEL: 077-516-2484 (薬剤部直通) FAX: 077-516-2484

## 《チェック項目》 1/2

- 01 薬の飲み忘れの有無
- 02 塩分過剰摂取の有無 (汁物、麺類、漬物、外食、加工食品)
- 03 過労の有無
- 04 禁煙の実施
- 05 節酒の実施
- 06 体重測定の有無
- 07 浮腫の確認
- 08 労作時の息切れの確認
- 09 BNPの推移 (検査値に対する理解)
- 10 心不全増悪時の受診目安の理解  
1週間で2kgの体重増加  
浮腫の悪化  
息切れの悪化  
夜間呼吸困難の出現

## 《申し送り事項》 2/2

できていること、できていないことや患者理解度など

フォローアップシートの継続分はホームページよりダウンロードして下さい