

CODOC 探訪

医療法人優心会 きのうクリニック
院長 喜納直人 先生



心疾患の予防・再発防止のために充実した心リハを

クリニックで外来心リハから在宅、介護まで支える挑戦

大阪府羽曳野市で外来心臓リハビリテーションの実践、普及に多職種チームで取り組むきのうクリニック。近隣地域の患者さんのために、健康寿命の延伸をめざして在宅医療や介護などにも活動の幅を広げ支持を得ています。院長 喜納直人先生をはじめスタッフの皆様は活動内容や今後の展望などのお話を伺いました。

(取材日：2020年7月8日)

診療所データ

医療法人優心会 きのうクリニック

所在地 〒583-0872 大阪府羽曳野市はびきの2-1-19
職員数 医師1名、看護師7名、理学療法士3名、事務職員9名
在宅療養支援診療所3



地域データ

大阪府羽曳野市

人口 (2015年国勢調査) 112,683人
人口増減率 (2010年~2015年) -4.25% (全国平均-0.75%)
高齢化率 (65歳以上・2015年) 28.40% (全国平均26.60%)
将来推計高齢化率 (65歳以上・2025年) 32.60% (全国平均30.32%)
(日本医師会地域医療情報システムより引用)

クリニック開院時の想い

2018年10月の開院以来、急性期病院を退院した患者さんに少しでも豊かな生活を送ってもらえるように、急性期と慢性期を橋渡しできるクリニックをめざしています。生活習慣病のコントロールや動脈硬化の予防をしっかりと行うだけではなく、高齢者の自立支援も実現したいと考えています。患者さんは個々に家族構成や環境などのバックグラウンドが異なるため支援の難しさがありますが、私たちが持つ引き出しをたくさん増やすことで、患者さんのニーズに合わせてさまざまな選択肢を示してあげることができると考えています。

私たちの強みの1つとして心臓リハビリテーション(心リハ)が挙げられます。心リハは、単なる運動療法だけではなく、運動を中心にしつつ、生活指導、服薬、食事など多岐にわたって多面的に心臓病の患者さんにかかわることだと考えています。家の中で困っていることや悩みはあるかを聞き、薬を飲んでいるかを確認し、食事に対する疑問に答えるなどして、医師に言えないことも理学療法士などの心リハのスタッフが聞き出すようにしています。それらも全部引っ括めて心リハなのです。

大阪府羽曳野市という地域の特徴

当クリニックのある羽曳野市や近隣の藤井寺市では、急性心筋梗塞を発症した患者さんの多くは、緊急手術のために近隣にある城山病院へ搬送されています。急性期循環器疾患の患者さんの動線がまずこの病院へ向かっていることは、地域の特徴の1つだと思います。その後、慢性期では、当クリニックをはじめ地域の開業医が引き継いでいきます。

クリニックの強みである外来心リハ

当クリニックの診療内容としては、内科、循環器内科、心リハ、訪問診療、ペースメーカー外来、整形外科外来、美容医療となっています。内科外来として午前診と夕診を行い1日70~80人の患者さんが来院され、並行して心リハを朝から夕方まで行います。さらに訪問診療にも出ています。

外来心リハの設備としては、135㎡のスペースに、エルゴメータが8台、トレッドミルが1台、心肺運動負荷試験(CPX)を1台備えています。患者さんの心電図波形、血圧などのさまざまなデータが中央のコンピュータにすべて集約され、画面上でリアルタイムに把握し管理できます。開院時にこれだけの設備を揃えるために投資するのは勇気がいりましたが、心リハを運営してくれる看護師や理学療法士を常勤で雇うのは、もっと勇気が必要でした。しかし、このスタッフの存在は当クリニックに欠かせません。当クリ

ニックの強みは、設備ではなくやはりスタッフの人柄だと思います。とにかく、みんな親切で優しいです。リハビリでは、現在、理学療法士の太田科長が訪問リハビリを手がけてくれており、同じく理学療法士の福井科長が心リハを切り盛りしてくれています。

コロナ禍以前には、月に約150の方が外来で心リハを行い、そのうち約100人は複数回来院され月に延べ約450人になります。なかには、かかりつけ医を他にもっていたり、大学病院で定期的なフォローと投薬を受けながら心リハを目的に当クリニックへ通ってくださる患者さんもいらっしゃいます。そのような患者さんにも来院してもらえることは、私たちにとって励みになっています。また、新規で心リハを実施された方の継続率はおよそ8割に達しています。継続率が高い要因は、設備の良さよりは、心リハの質の高さとスタッフの人柄に尽きるのではないかと思います。

心リハは、目に見える効果をすぐには実感できないものです。脳梗塞後のリハビリでは麻痺が改善したり、整形外科の術後リハビリでは松葉杖なしに歩けるようになったり、短期間である程度の成果が見えやすいですが、心リハによって心機能が改善しているかなどの効果は、すぐに見えるものではありません。足を運んでいるうちに、「ここに来て心リハをしているから元気なのだ」と徐々に実感してくれるのだと思います。

今回、新型コロナウイルス感染症の流行によって心リハをお休みされていた高齢者の方が、久しぶりに外来心リハに来て、「2カ月休んでリハビリが大事なことがわかった」と仰っているのを聞き、われわれも心リハに通っていただくことの重要性を再認識しました。心リハを続けることの意義を患者さんに上手に伝え、継続的に支援できる環境作りが大切なのだあらためて思いました。そのためにも、スタッフの人柄が大切だと感じています。患者さんもこの人に診てもらっているから安心、このクリニックに通っているから安心と通ってくださるから雨の日も暑い日も足を運んでくださいます。理学療法士の他にも受付やリハビリ助手などのスタッフの質も高く、みんなが患者さんに上手に声をかけてくれています。

患者ニーズに応えるために 在宅医療という引き出しを増やす

可能なうちは通院してもらい生活を維持しますが、すでにタクシーで外来に来る人も多く、いずれ通院できなくなることが想定されます。なかには最期は家での看取りを希望される方もいますから、そのための引き出しとして在宅



開院時より喜納先生のもとでリーダー的立場でクリニックを支えてきた大塚敏志看護師長・統括マネージャー（左）、太田恵介リハビリテーション科長（中央）、福井泰介リハビリテーション科長（右）。

診療・運営ワンポイント Q&A

Q 患者さんと接するときの心がけは？

A 大塚：当たり前のことですが、真摯に患者さんの話に耳を傾けるという忙しさで抜けてしまいがちなことに、どれだけ時間をかけられるかが大切ではないかと思います。太田：当たり前のことをきちんとしながら、クリニック丸となって一人の患者さんを支援するスタンスが大事ではないかと思います。そのスタンスが患者さんに伝わると、ここへ心リハをするために足を運んでいけば身体も診てくれて楽しく会話もしてくれるといった気持ちや安心感が患者さんのなかに生まれてきて、自ずと来院してくれるようになるのではないかと思います。

喜納：スタッフ全員が患者さんに対してとにかく優しく、普通のことが普通にできて、そしてチーム力があるのだと思います。また、スタッフだけではなく、患者さん同士も仲良くなりチームのように声をかけ合っていていきます。足元が弱い患者さんを他の方が雨の日に車で連れて帰ってあげたり、「最近あの人の顔を見ないけど大丈夫かな」と心配してくれたりするんですね。来院されている患者さんはみんなリハビリを頑張るという共通の目標があるので、お互いに同志のような気持ちをもてるのかもしれない。

Q 訪問看護で心がけていることは？

A 大塚：患者さん本人だけではなく、家族とかかわる機会をしっかり作ることが大事だと思っています。病状管理は医師がしますが、私にできることは、患者さんや家族、多職種の間に入って、コーディネーターのように個々の関係構築につなげることだと考えています。

喜納：家族をケアできるのはクリニックの強みだと思います。大塚看護師長は、いつも電話などで家族の話聞いてあげています。それによって、患者さんも前向きに協力してくれるようになります。さらに、家族が今度は患者さんとして受診される機会にもつながっていくと思います。



開放的な心リハ室 (左) に備えられたエルゴメータ (右)。

医療ができれば、地域のニーズに応えることができると開院前から考えていました。2020年4月には訪問看護ステーションとケアプランセンターを新設し、大塚看護師長が訪問看護の管理者を務め、看護師や理学療法士が患者さん宅に訪問してケアや生活支援を24時間体制で行うことができるようになりました。

心リハの普及、在宅の地域連携をめざして

医療機関の連携やレベル向上のために「心臓リハビリテーション in 南河内」という研究会を2019年に立ち上げ、心リハにかかわる医師、看護師、理学療法士などが参加しています。南河内地域には、私たちが心リハのお手伝いをすることによって生活が改善する方もまだ潜在的にいるのではないかと思います。しかし、心リハという言葉自体をあまり聞き慣れていないと思いますから、地域に向けて心リハの啓発をしていく必要があります。また、私たちのような心リハを実践するクリニックが全国にできれば、よろこんでいただける患者さんが増えていくといい、今よりも地

域を広げて、南河内地域の心臓病や心リハにかかわる方々とコミュニケーションを取りながら、みんなで頑張っていくことが大切ではないかと思っています。

また、地域のケアマネジャーや訪問看護師に参加していただく地域包括ケア多職種連携会も立ち上げ、2019年3月に第1回を開きました。地域包括ケアを見据え、当クリニックの広報の場でもあり、また、正直なところ介護サービスや訪問看護に関する知識が十分ではなかったので、ケアマネジャーや訪問看護師の方々に私たちがいろいろと教えてもらう場になっています。

外来心リハから在宅看取りまで理想の医療をめざして

福井：心臓病を患う前に予防でき、また、患者さんが一番いい形で人生を終えられる支援をできるクリニックになりたいと思っています。この全体の取り組みのなかで、私は外来心リハを担う立場で頑張っていきたいと思っています。来院できず訪問リハが必要になったときには太田科長に託し、最期の在宅看取りでは大塚看護師長に託し、二人を信頼して安心して引き継いでいます。

太田：心臓病になる前から最期の看取りまでという一連の流れを構築できたクリニックはまだ多くはないと思いますが、そのなかで私が今、携わっている訪問リハビリについては、介護分野における心リハはまだ少なく、エルゴメータなどもない環境で方法も十分に定まっていません。どうすれば循環器疾患の方が安心して生活を送れるか、最期の看取りも含めて何が最善か、これから考えていきたいと思っています。

大塚：当クリニックがカバーする羽曳野市と藤井寺市の地域において、患者さんが希望する生活をサポートできる引き出しをもった医療機関でありたいと思っています。当クリニックに通院していた患者さんが在宅医療になってからも常に対応してあげることができれば、患者さんによることで満足してもらえと思っています。

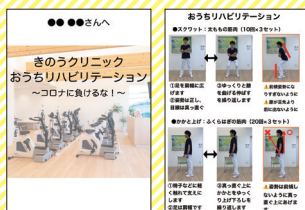
喜納：全国の同じような地域医療の環境にいる方々へ、心リハのよさを伝えられるクリニックになりたいと思っています。地域のクリニックで心リハにしっかり取り組むとどのような成果を上げられるのか理想的なモデルをまだみんな探っている状況だと思います。ここにいる開院当初のメンバーで一生懸命、真面目に心リハに取り組んだらどのような素晴らしい成果が得られるのか、私自身も見てみたいと思っています。

診療・運営ワンポイント Q&A

Q COVID-19による外出自粛中の取り組みは？

A 福井：心リハをお休みした方が50名弱くらいおり、個別にメニューを変えた家でできるセルフエクササイズパンフレットを作り、患者さん宅へ郵送しました。来院できなくても当クリニックとのつながりがあると、患者さんに安心してもらえるのではないかと考えました。

喜納：スムーズに復帰できるようにと自主的に考えてくれた取り組みです。久々に来院したときに、感動して泣いている方もいましたよ。これを自然にできるのが人間力なのだと思います。



院長 喜納直人 先生
医療法人優心会 きのうクリニック

2002年滋賀医科大学卒業。大阪市立総合医療センター循環器内科、医療法人春秋会城山病院心臓血管センター循環器科などを経て、2018年きのうクリニック開院。

