

心不全ポイントを用いて 心不全の再入院を防ごう

(2021/06/22 大分東臨床懇話会)

大分医療センター循環器内科

有川雅也 小野慎平 棚澤晃大 吉村誠一郎

2021年6月XX日の深夜、

心不全で入院歴のある患者さんから電話がかかってきました。

「**心不全ポイントが8点**のため、救急外来を受診するように言われています。今から受診していいですか？」

どのような対応をされますか？

目次

心不全ポイントとは？

導入の経緯

使用方法

実例

心不全パンデミック

心不全の患者数 ~~日本~~

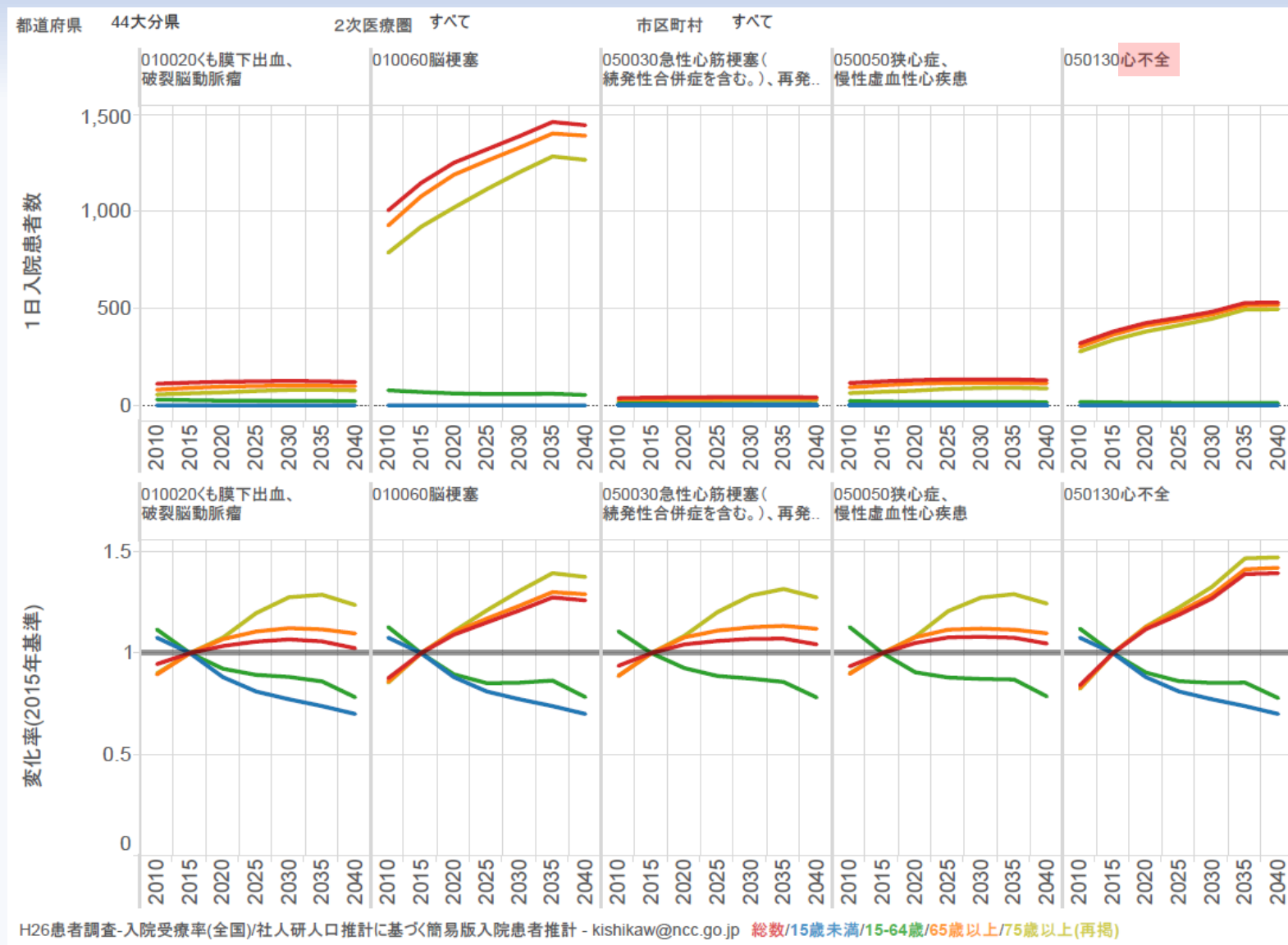
現在100万人（推定）

高齢化に伴い

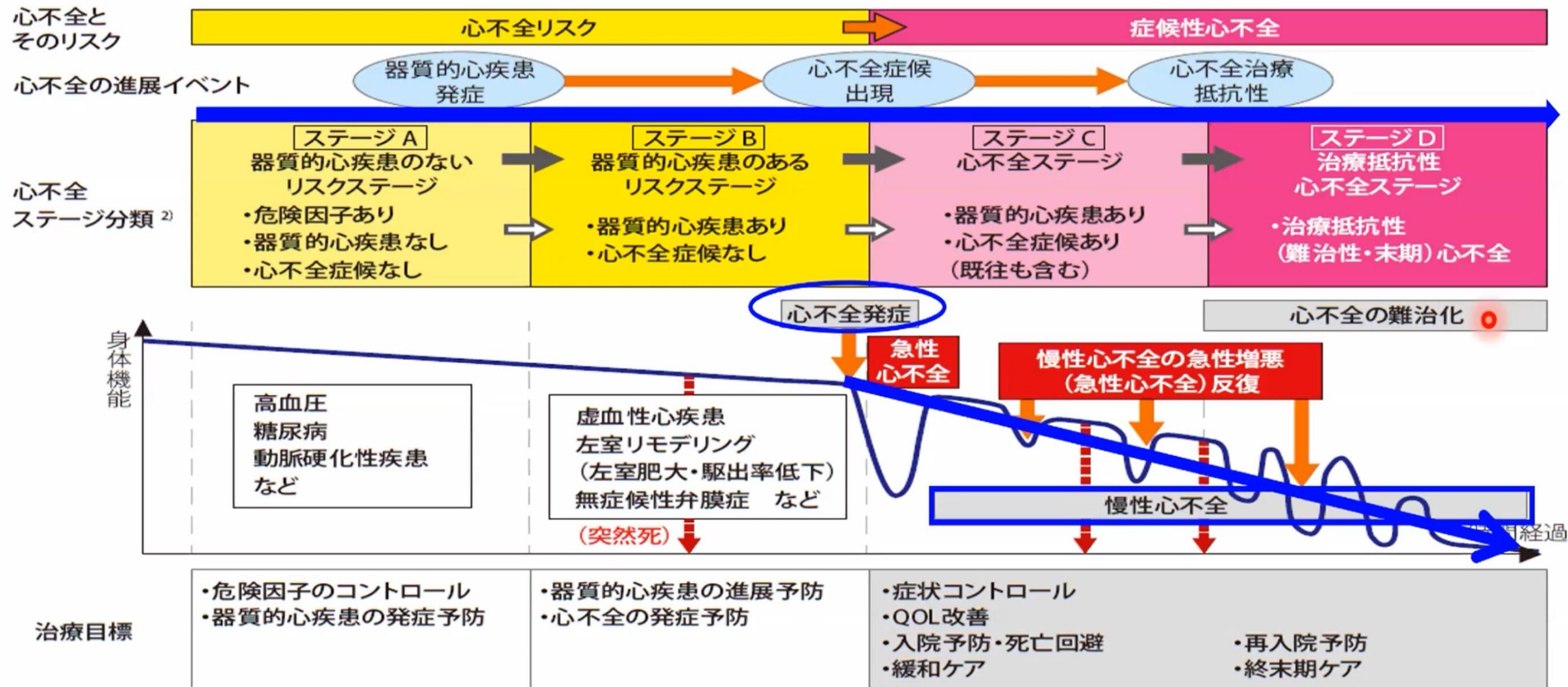
2035年まで さらに増加

日本は高齢化によって心不全患者さんの急増が懸念。
これは感染症の大流行（パンデミック）にたとえて
「心不全パンデミック」と呼ばれてる。

入院患者数-循環器 大分県



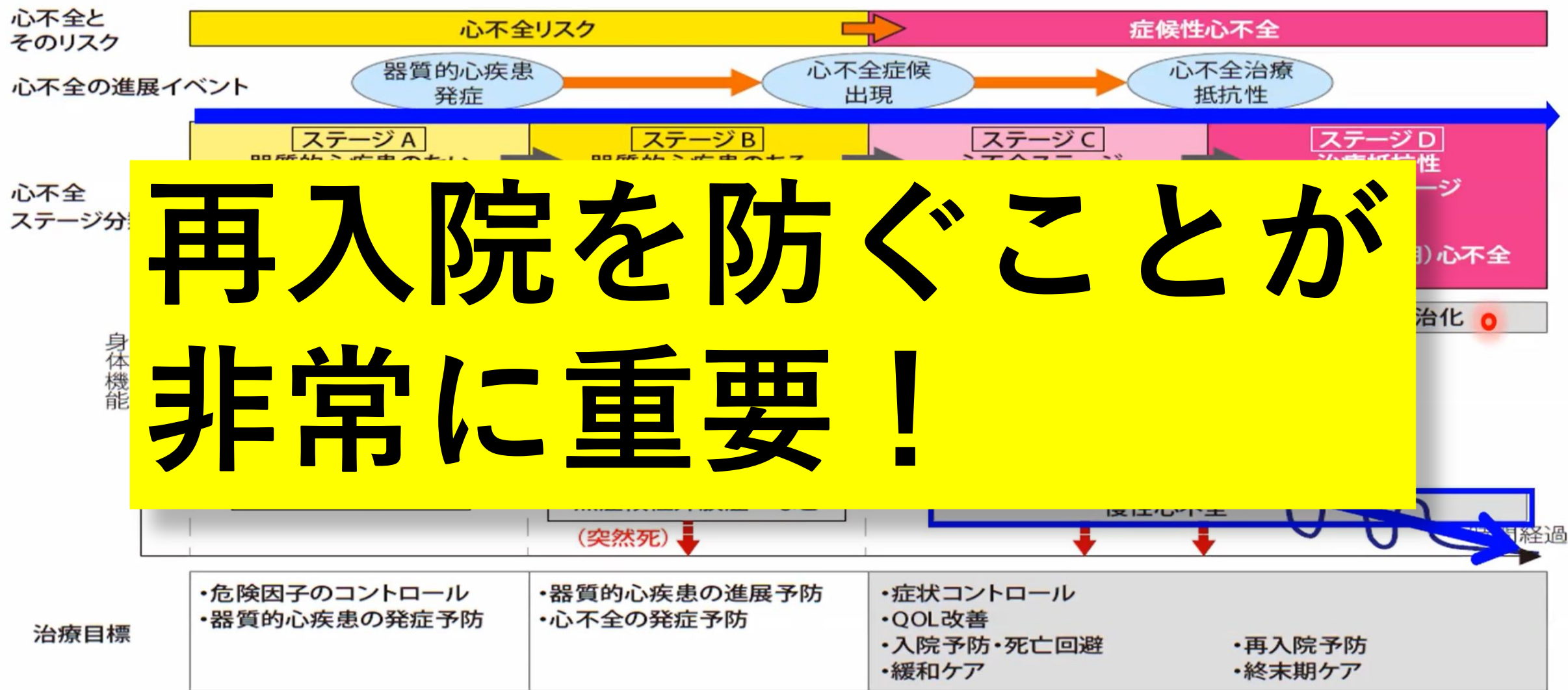
心不全とそのリスクの進展ステージ



心不全は一旦発症したら治らず慢性心不全に移行する

心不全は急性増悪するたびに一段悪くなる

心不全とそのリスクの進展ステージ



心不全は一旦発症したら治らず慢性心不全に移行する

心不全は急性増悪するたびに一段悪くなる

再入院を防ぐために

再入院の約半数（46%）は自己管理不足

患者さんや患者さんに係わる方々が、
塩分制限や服薬などの管理内容を守り（認識）、
心不全の悪化に早く気づき（判断）、
かかりつけの病院へ受診（行動）しなければなりません。

大分県心不全包括ケアカンファレンス設立の趣意

- 設立日時 2019年4月1日
- 大分県において、これからの超高齢社会における心不全包括ケアの連携体制を構築、整備し、多職種による心不全治療のあり方を研究・実践して、心不全包括ケアの質を高めることにより、心不全患者さんのQOLを向上させ、健康寿命の延伸に貢献することを目的に、「大分県心不全包括ケアカンファレンス」（協議会）を設立する。

- 幹事

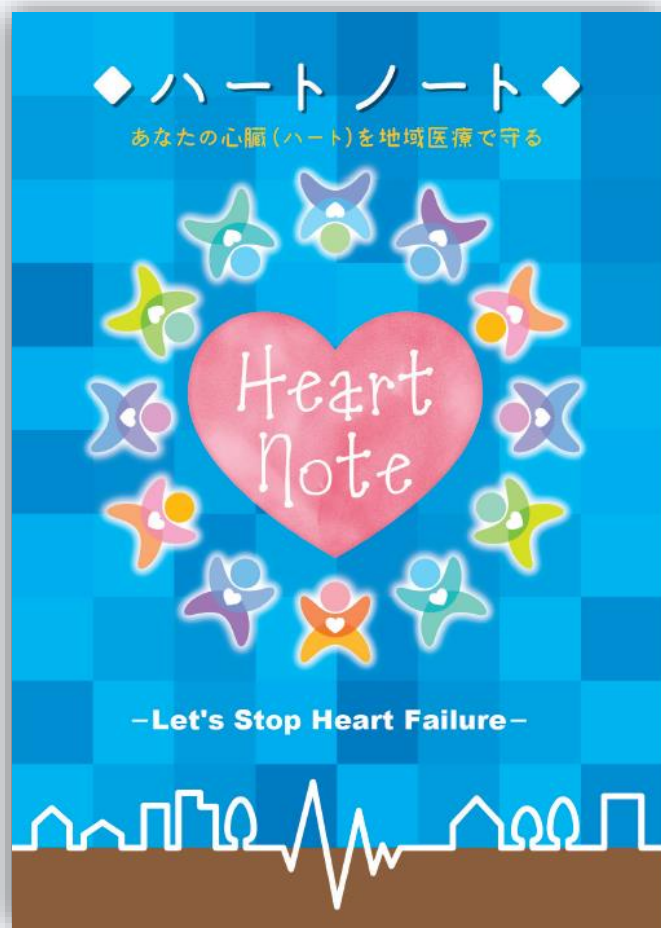
• 会長	大分大学医学部循環器内科・臨床検査診断学講座	教授	高橋 尚彦
• 副会長	大分県厚生連 鶴見病院	副院長	財前 博文
• 副会長	臼杵市医師会立コスモス病院	副院長	舩友 一洋
• 副会長	国東市民病院	院長	野邊 靖基
• 幹事	吉賀循環器内科	院長	吉賀 攝
• 幹事	杉谷診療所	院長	井上雅公
• 幹事	ハートクリニック	院長	小野隆宏
• 事務局長	社会医療法人関愛会大東よつば病院	院長	立川 洋一

再入院を防ぐために

再入院の約半数（46%）は自己管理不足

患者さんや患者さんに係わる方々が、
塩分制限や服薬などの管理内容を守り（認識）、
心不全の悪化に早く気づき（判断）、
かかりつけの病院へ受診（行動）しなければなりません。

再入院を防ぐためのツールの作成と導入



①心不全手帳（ハートノート）

内 容：

心不全とはどのようなものか、心不全の病態、予防、診断、治療

対 象：

患者さん用の自己学習テキスト

心不全包括ケアに関わる医療・介護従事者が、患者指導を行う際に使用

配布先：

地域中核病院に配備し患者さんに指導後に配付

～「大阪心不全地域医療連携の会」と連携～

再入院を防ぐためのツールの作成と導入

②心不全ポイント自己管理用紙

内 容：

患者自身の状況を管理するための自己管理用紙

対 象：

患者さんの自己管理用

心不全包括ケアに関わる医療・介護従事者が、
患者指導を行う際に使用

配布先：

地域中核病院に配備し患者さんに指導後に配付

～「大阪心不全地域医療連携の会」と連携～

心不全ポイント自己管理用紙

I D

名 前

自分の身体について、毎日記録し、
心不全管理に役立てましょう。この記録は、主治医の
治療の参考にもなり、あなたの治療にも役立ちます。
受診の時には、必ず主治医に見せましょう。

●あなたの状態 月 日 継続・変更

◆水 分 量 mL/日

◆起床時体重 kg 台が最適

■ kg 以上なら、
朝に頓服用 錠追加で飲む

■ kg 以上なら、水分を控える

★予定外受診の体重

kg 以上、または kg 以下

Let's Stop Heart Failure

自己管理用紙の注意点(表紙)

受診の時には、必ず主治医に見せましょう。

●あなたの状態 月 日 継続・変更

◆水分量 mL/日

◆起床時体重 kg台が最適

■ kg以上なら、

朝に頓服用 _____錠追加で飲む

■ kg以上なら、水分を控える

★予定外受診の体重

kg以上、または kg以下



Let's Stop Heart Failure

この体重に
なると3点



受診が必要

受診すべきタイミングは
心不全ポイントの合計に
よって異なります



●あなたの状態

月 日 継続・変更

◆水分量

mL/日

◆起床時体重

kg 台が最適



kg 以上なら、

朝に頓服用

錠追加で飲む



kg 以上なら、水分を控える

★予定外受診の体重

kg 以上、または

kg 以下



Let's Stop Heart Failure

この体重に
なると3点



受診が必要

受診すべきタイミングは
心不全ポイントの合計に
よって異なります



月／日	／		／		／		／		／		／		／		
曜日	月		火		水		木		金		土		日		
体重 (kg)															
表紙の★予定外受診の体重 3 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	
血圧 (mmHg)	／		／		／		／		／		／		／		
脈拍 (回/分)															
120 以上 4 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	
安静時	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	
息切れ・息苦しさ	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	
自覚症状	外出・入浴・階段の息切れ	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	むくみひどくなる	有	無												
	せき	有	無												
	食欲低下	有	無												
	有 4 つでも 1 点	1 点	0 点												
合計点															

合計点)

5点以上 **すぐに** かかりつけ病院救急外来受診

4点 **当日（翌日）** 外来受診

3点 **1週間以内** に受診

（3、4点の場合、かかりつけ医、またはかかりつけ病院を受診）

3点、4点時の早期受診を心がけてください

管理用紙の注意点(記載用紙)

入院を
した際に
経験した
息苦しさ

有が
いくつあっても
1点

症状が
あっても
普段と
変わりが
なければ
無

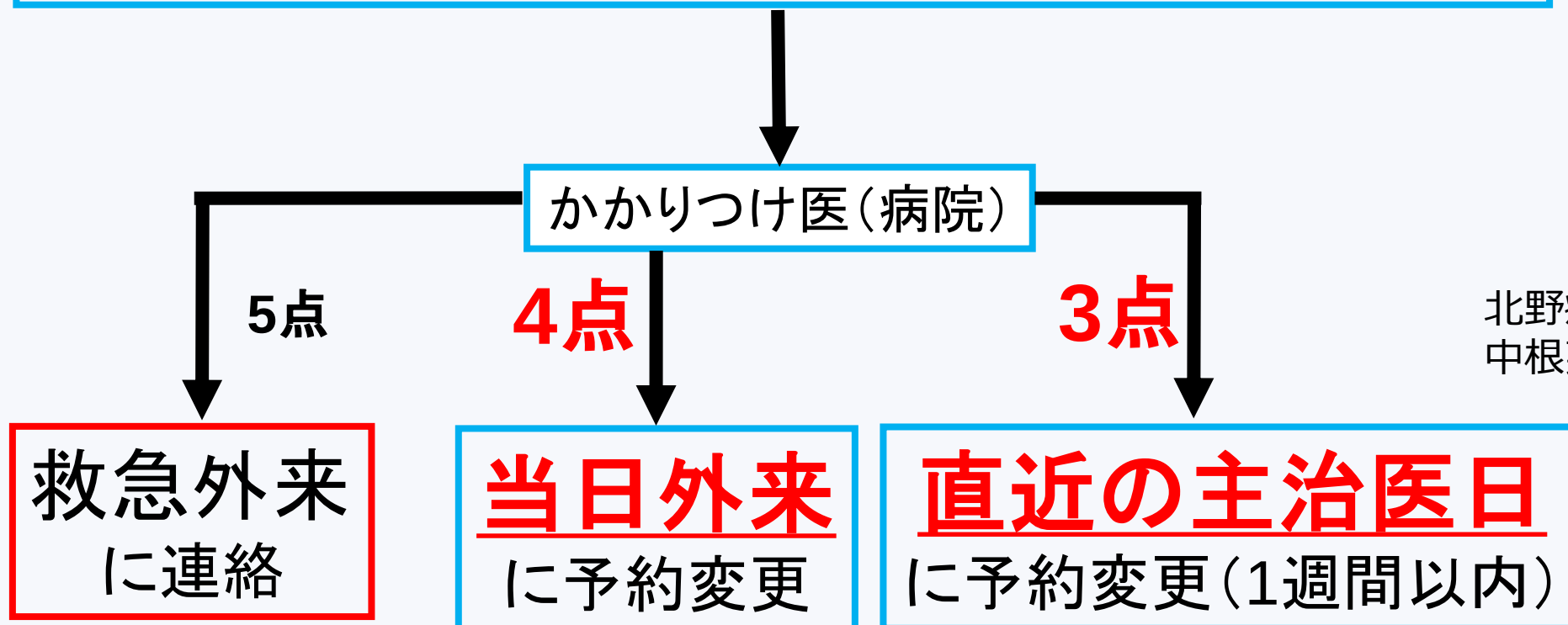
心不全 管理記録用紙												
月/日	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
体重(kg)												
表紙の★予定外 受診の体重	3点	0点	3点	0点	3点	0点	3点	0点	3点	0点	3点	0点
血圧(mmHg)	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
脈拍(回/分)												
50以下, 120以上	4点	0点	4点	0点	4点	0点	4点	0点	4点	0点	4点	0点
安静時・軽労作の 息切れ・息苦しさ	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
外出・入浴・ 階段の息切れ	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
自覚 症状	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
むくみひど くなる	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
せき	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
食欲低下	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
有4つでも 1点	1点	0点	1点	0点	1点	0点	1点	0点	1点	0点	1点	0点
合計点												
薬のんだ	朝	昼	夜	朝	昼	夜	朝	昼	夜	朝	昼	夜
水分量(mL, cc)												
合計点が 5点以上	→ すぐに救急外来受診											
北野病院A ブロック	06-6312-8825 夜間、休日代表 06-6312-1221											
4点	→											
3点	→											
かかりつけ医												

必ず記載!
受診のタイミングが
分からない

心不全ポイントで連絡から受診の ながれがスムーズに

患者・家族・訪問看護師・訪問介護員

3点以上でかかりつけ医(かかりつけ病院)に点数を電話連絡



北野病院
中根英策先生より

再入院防止のための心不全悪化への 早期介入システム (心不全ポイント早期介入システム)

- ✓ 心不全ポイント自己管理用紙で心不全悪化を自宅で早期発見⇒早期受診行動
- ✓ 心不全ポイントで患者が連絡からスムーズに外来受診⇒早期治療介入
- ✓ 地域連携で高齢患者・家族をサポート

北野病院
中根英策先生より

練習問題; 患者プロフィール

- ✓ 79歳女性, 病名; 高血圧性心疾患、発作性心房細動
- ✓ 家族構成; 85歳の夫と同居(要介護2), 近隣に長女家族
- ✓ 住居; マンション(エレベータあり)
- ✓ ADL; 自立、野外は杖歩行, 認知症; 軽度あり
- ✓ 介護度; 要支援2
- ✓ ヘルパー(買い物、掃除) 1回/週 (木曜午前)
デイサービス 1回/週 (月曜日)

9月5日に心不全の増悪で再入院、自己管理用紙を確認

練習問題; 自己管理用紙確認

心不全 管理記録用紙 練習問題 患者記載

月／日		8／31		9／1		9／2		9／3		9／4		9／5		9／6	
曜日		月		火		水		木		金		土		日	
体重 (kg) 表紙の★予定外受 診の体重 3 点		72		74.3		73.5		74.5		75.7		入院			
		3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点
血圧 (mmHg)		100/60		110/75		105／70		120／90		130/100		／		／	
脈拍 (回/分) 120 以上 4 点		90		98		140		152		153					
		4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点
安静時 息切れ・息苦しさ		有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
		5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点
自覚 症状	外出・入浴・階 段の息切れ	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	むくみひど くなる	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	せき	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	食欲低下	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	有 4 つでも 1 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点
合計点															

予定外受診体重; 74.0kg以上または65kg以下

練習問題; 自己管理用紙確認

心不全 管理記録用紙 練習問題 患者記載

月／日	8／31	9／1	9／2	9／3	9／4	9／5	9／6
曜日	月	火	水	木	金	土	日
体重 (kg)	72	74.3	73.5	74.5	75.7	入院	
表紙の★予定外受診の体重 3点	3点 0点	3点 0点	3点 0点	3点 0点	3点 0点	3点 0点	3点 0点
血圧 (mmHg)	100/60	110/75	105／70	120／90	130/100	／	／
脈拍 (回/分)	90	98	140	152	153		
120 以上 4点	4点 0点	4点 0点	4点 0点	4点 0点	4点 0点	4点 0点	4点 0点
安静時	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無
息切れ・息苦しさ	5点 0点	5点 0点	5点 0点	5点 0点	5点 0点	5点 0点	5点 0点
自覚症状	外出・入浴・階段の息切れ	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無
	むくみひどくなる	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無
	せき	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無
	食欲低下	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無	有 無
	有 4 つでも 1点	1点 0点	1点 0点	1点 0点	1点 0点	1点 0点	1点 0点
合計点	0						

予定外受診体重; 74.0kg以上または65kg以下

練習問題; 自己管理用紙確認

心不全 管理記録用紙 練習問題 患者記載															
月／日		8／31		9／1		9／2		9／3		9／4		9／5		9／6	
曜日		月		火		水		木		金		土		日	
体重 (kg) 表紙の★予定外受診の体重 3 点		72		74.3		73.5		74.5		75.7		入院			
		3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点
血圧 (mmHg)		100/60		110/75		105／70		120／90		130/100		／		／	
脈拍 (回/分) 120 以上 4 点		90		98		140		152		153					
		4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点
安静時 息切れ・息苦しさ		有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
		5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点
症 状	外出・入浴・階段の息切れ	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	むくみひどくなる	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	せき	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	食欲低下	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	有 4 つでも 1 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点
合計点		0		3											

近日中の
外来受診
(1週間以内)

予定外受診体重; 74.0kg以上または65kg以下

練習問題; 自己管理用紙確認

心不全 管理記録用紙 練習問題 患者記載															
月／日		8／31		9／1		9／2		9／3		9／4		9／5		9／6	
曜日		月		火		水		木		金		土		日	
体重 (kg)		72		74.3		73.5		74.5		75.7		入院			
表紙の★予定外受診の体重 3点		3点	0点	3点	0点	3点	0点	3点	0点	3点	0点	3点	0点	3点	0点
血圧 (mmHg)		100/60		110/75		105/70		120/90		130/100		／		／	
脈拍 (回/分)		90		98		140		152		153					
120 以上 4点		4点	0点	4点	0点	4点	0点	4点	0点	4点	0点	4点	0点	4点	0点
安静時		有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
息切れ・息苦しさ		5点	0点	5点	0点	5点	0点	5点	0点	5点	0点	5点	0点	5点	0点
自覚症状	外出・入浴・階段の息切れ	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	むくみひどくなる	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	せき	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	食欲低下	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	有 4 つでも 1点	1点	0点	1点	0点	1点	0点	1点	0点	1点	0点	1点	0点	1点	0点
合計点		0		3		4									

当日外来受診

予定外受診体重; 74.0kg以上または65kg以下

練習問題; 自己管理用紙確認

心不全 管理記録用紙 練習問題 患者記載															
月／日		8／31		9／1		9／2		9／3		9／4		9／5		9／6	
曜日		月		火		水		木		金		土		日	
体重 (kg) 表紙の★予定外受診の体重 3 点		72		74.3		73.5		74.5		75.7		入院			
		3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点
血圧 (mmHg)		100/60		110/75		105／70		120／90		130/100		／		／	
脈拍 (回/分) 120 以上 4 点		90		98		140		152		153					
		4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点
安静時 息切れ・息苦しさ		有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
		5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点
自覚症状	外出・入浴・階段の息切れ	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	むくみひどくなる	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	せき	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	食欲低下	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	有 4 つでも 1 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点
合計点		0		3		4		8							

救急外来受診

予定外受診体重; 74.0kg以上または65kg以下

練習問題; 自己管理用紙確認

心不全 管理記録用紙 練習問題 患者記載															
月／日		8／31		9／1		9／2		9／3		9／4		9／5		9／6	
曜日		月		火		水		木		金		土		日	
体重 (kg) 表紙の★予定外受診の体重 3 点		72		74.3		73.5		74.5		75.7		入院			
		3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点	3 点	0 点
血圧 (mmHg)		100/60		110/75		105／70		120／90		130/100		／		／	
脈拍 (回/分) 120 以上 4 点		90		98		140		152		153					
		4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点	4 点	0 点
安静時 息切れ・息苦しさ		有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
		5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点	5 点	0 点
症状	外出・入浴・階段の息切れ	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	むくみひどくなる	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	せき	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	食欲低下	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無	有	無
	有 4 つでも 1 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点	1 点	0 点
合計点		0		3		4		8		13					

救急外来受診

予定外受診体重; 74.0kg以上または65kg以下

2021年6月XX日の深夜、

心不全で入院歴のある患者さんから電話がかかってきました。

「心不全ポイントが8点のため、救急外来を受診するように言われています。今から受診していいですか？」

「心不全ポイントが8点ならば、すぐに受診してください。お待ちしております。」

最後に

大分県の心不全患者さんの生活の質を改善させ、健康寿命を延ばすために、「大分県心不全包括ケアカンファレンス」が設立されました。

心不全の再入院を防ぐための自己管理実践ツールとして、心不全ポイントを導入しました。

ご協力をよろしく
お願いします。

合計点)

5点以上 **すぐに** かかりつけ病院救急外来受診

4点 **当日（翌日）** 外来受診

3点 **1週間以内** に受診

（3、4点の場合、かかりつけ医、またはかかりつけ病院を受診）

3点、4点時の早期受診を心がけてください