

Koyu

vol.05

- ・循環器内科特集
- ・晃友リハ館 “フレイル予防の取り組み”



循環器内科 特集

近年、心拍数の計測や不整脈、心房細動（AFib）の兆候を捉える機能を備えたスマートウォッチが普及してきています。

社会の流れとしても、こうしたデバイスの普及に加え、病気を未然に防ぐための生活習慣の見直しや、発症後の再発や合併症を防ぐためのリハビリテーション、さらには継続的な健康管理が重要視されています。前回の広報誌（詳しくはHPのブログをご覧ください）では、「心不全パンデミック」という社会的課題に触れ、生活習慣の改善や定期的な健康診断の重要性を強調しました。このような背景もあり、心臓の健康に対する関心は、近年ますます高まっています。

今回の広報誌では、2024年に改定された日本循環器学会/日本不整脈心電学会の合同ガイドラインに基づき、新たに脳梗塞リスク評価ツールとして推奨されたHELT-E2S2スコアをご紹介します。皆様が健康チェックの重要性を理解し、ご自身の健康管理に役立てていただければ幸いです。



脳梗塞のリスクを考えたことはありますか？

CHADS2スコア

この評価方法は、心房細動に伴う脳梗塞の発症リスクを評価するために開発され、国際的に広く使用されています。この評価方法では、5つの危険因子に基づいて点数が割り振られます。

- C** 心不全がある（1点）
- H** 高血圧がある（1点）
- A** 年齢が75歳以上である（1点）
- D** 糖尿病がある（1点）
- S2** 脳卒中の既往がある（2点）

以前のリスク要因

糖尿病

心不全

追加されたリスク要因

超高齢

心房細動

低体重

HELT-E2S2スコア

2024年に日本人特有の条件を反映し開発された評価方法です。この新しいスコアでは、心房細動のタイプ、低体重、超高齢といった新たな評価因子が加えられ、特に超高齢者と脳卒中の既往が2点であり、危険因子として大きく評価されます。

- H** 高血圧がある（1点）
- E** 年齢が75歳～84歳である（1点）
- L** BMIが18.5未満である（1点）
- T** 心房細動がある（1点）
- E2** 年齢が85歳以上である（2点）
- S2** 脳卒中の既往がある（2点）

HELT-E2S2スコアにおいては何点以上で治療開始かの基準はまだ決められていませんが、CHADS2スコアの基準から考えると、1つでもチェックがある方は一度ご相談をいただくことを推奨しています。

晃友相模原病院
院長 山瀬先生



当院の脳神経外科と循環器内科は、血管系疾患を専門に扱う科として密接に連携しています。加えて、リハビリテーション、そして栄養指導を強化し、皆さまの健康を全力でサポートいたします。ご不安な点やご相談がございましたら、どうぞお気軽にご連絡ください。皆さまとともに、健やかな生活を築いていきましょう。

晃友相模原病院
循環器内科



再び挑戦をする「きっかけ作り」のお手伝い

通所リハビリテーション

晃友リハビリテーション館



フレイル予防に必要なことは何でしょうか？

フレイルの予防には以下の3つの柱が重要です。

- ① 栄養（食事・口腔ケア）をバランスよく摂ること
- ② 適度な運動を行うこと
- ③ 社会参加をすること

健康とは、単に身体が自由に動かせる状態を指すだけではありません。フレイルには、身体の虚弱を示す「身体的フレイル」だけでなく、「社会的フレイル」や「精神・心理的フレイル」も含まれます。

晃友の通所リハビリテーションでは、これら3つの要素をバランスよく整えた環境を提供しています。開放感あふれる広々とした空間と多様な設備で、利用者一人ひとりの目的に沿ったリハビリをサポートいたします。ぜひ一度見学にお越しになり、晃友リハビリテーションの雰囲気をご体感してみてください。

【サービス提供エリア】

相模原市内、愛川町、町田市（相原町・小山町）

【ご利用方法】

ご相談およびご見学は随時受け付けております。また、月に一度見学会の開催日も設定しておりますので、ご都合に合わせてお気軽にご連絡ください。

晃友リハビリテーション館

TEL:042-761-2300 (直)

健康寿命を伸ばすための取り組み

フレイル予防は、健康を維持し、要介護状態を防ぐために重要です。フレイルとは、健康と要介護の中間にある虚弱な状態で、心身や社会的な面での回復力が低下した状態を指します。これを放置すると、要介護状態になるリスクが高まります。

“晃友リハ館”の強み



リハビリテーション

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士が在籍しています。専門的なリハビリが受けられます。

利用者様に寄り添って「できること」「していること」を増やすためのメニューを提供します。一緒にリハビリを頑張っていきましょう！



多様なレクリエーション

利用者様が楽しみながら過ごせるよう、様々なレクリエーションを提供しています。多様な設備が整った環境で、充実した時間をお過ごしいただけます。



11月の見学会のお知らせ

日時：11月24日（日）14：00～15：00

内容：館内見学、レクリエーション体験、リハビリスタッフへの相談会など

ご参加お待ちしております！

脳神経外科



副院長
小澤 仁 医師

西 達郎 医師

榎原 夢太郎 医師

循環器内科



院長
山瀬 美紀 医師

循環器内科部長
黒澤 利郎 医師

診療情報

□診療科目

脳神経外科・循環器内科
リハビリテーション科
てんかん外来・セカンドオピニオン外来

□診療時間

平日／AM9:00～12:00 PM2:00～5:15
土曜／AM9:00～12:00 PM2:00～5:15
※初診の受付は終了15分前まで
休診／日曜・祝祭日、年末年始
※救急患者様を随時受付しております

アクセス

○お車でお越しの場合

最新のナビ以外は「晃友内科整形外科」と入力して
ルート検索してください。
敷地内に駐車場がございますのでご利用ください。



○無料シャトルバスをご利用の場合

橋本駅よりシャトルバスを運行しております。
詳細はホームページをご覧ください。

ドアステップ、手すり付き

乗り降りが不安な方は、ドライバーに
お声がけください。



○電車やバスをご利用の場合

京王線：JR横浜線 橋本駅南口より
神奈中バス57番「榎戸経由 田名バスターミナル」行 乗車：約15分
→ 「大沢まちづくりセンター前」下車：徒歩3分

お問い合わせ

地域講座のご希望やご質問については、
地域医療連携室までご連絡ください。

【お問い合わせ先】

TEL：042-761-5111(直)

FAX：042-761-5112

E-Mail：sw.ng@koyu.or.jp



医療法人社団 晃友会
晃友相模原病院

〒252-0135 神奈川県相模原市緑区大島1605-1

Tel. 042-761-2100 (代)

<https://koyu.or.jp/noge/>