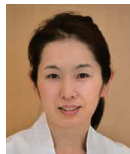


●心臓リハビリテーション科・内科・循環器内科

心臓リハビリって何？
心臓と上手に付き合おう！



副院長
遠藤教子

動悸や息切れ。検査では心臓は大丈夫といわれることがあります。さて原因は？実は体の筋肉が減っているかも…。心臓病の方は、どのくらい動けるか心配で、日々の活動量を減らしがち。すると、かえって体力が落ちます。心臓リハビリテーション（以下心リハ）を受けると、負担のない活動量が把握できます。体力もつき、動悸や息切れも減り、毎日を楽しくすごせます。

有酸素運動は心臓に負担がなく安全です。医師立ち合いの心肺運動負荷試験で有酸素運動

長者2丁目 かおりやま内科

【診療時間】 9:00～12:00
14:00～18:00

※水曜・土曜は、9:00～12:30まで

※受付終了は診療終了の30分前

【休診日】日曜日・祝祭日
郡山市長者2丁目12番5号

TEL.954-6773

の負荷量を調べ、心リハ指導士らが見守る環境で安全に運動を行います。また、生活習慣の見直しも大切です。減塩やお薬継続の大切さなど、医療スタッフと確認しましょう。心筋梗塞後、心リハを続け、趣味のテニスを再開できた方もいます。日本ではようやく行われはじめた心リハ。当院には日本でも数少ない心リハ認定医がおります。お気軽にご相談ください。



WEB予約も
できます