

おおお！ あんたよく 聞いこくれた ねえ。新しい 不安の種が 生まれてきたぞ ココに 植えたんだよ

前かがみの方が 不安の種なの でしょう？

知りたいのかい？ 次の発作はいつ 起こるか。ここ不安だよ

それを 考えはじめると 夜も眠れないよ

AAA トリプルAクラスの レベルの高い 不安なのさ

ブルブル

この種を 大切に育てて いか大輪の 花を咲かせて みせるのさ

お水を おまかせ

モヤモヤナさん CPMXの時間です 検査室へ行きますよ

心臓運動負荷 試験の事だよ 心臓リハビリの ために必要 なんだろう

カレッツ

CPMX って？

心臓運動負荷試験の事だよ。心臓リハビリのために必要なんだろう。

ええっ!! 心臓がりハビリ するの? よいよいい

ハハハ... いか 心臓病の患者 さんに、体かや 自信を取り戻してもらって、再発を予防する 運動療法さ

運動?!! 大丈夫なの? 心臓病の... 運動療法さ

ええっ!! 心臓がりハビリ するの? よいよいい

物知りプロモ兄

鬼のようなやつらだろう? 心臓で倒れたこの私に 運動をしろだなんて

血も涙もない くらいな私の 集団なのさ この 過クリニック ってところは 血も涙もない くらいに運動なんかして もしも、もしも 何かあったら!!

モヤモヤ ああああああ 不安で不安で 不安で不安で きた

あの人には ああ 不安ですか? みんな 困って いるんです 少し頭が...

仕方ないのよ 不安の種を 押しつけて、 育てるのが 趣味なのよ 不安の種を 探しているの

モヤモヤ

前にも 説明したんだけど 書類も 渡したんだけど

おうちについて下さい

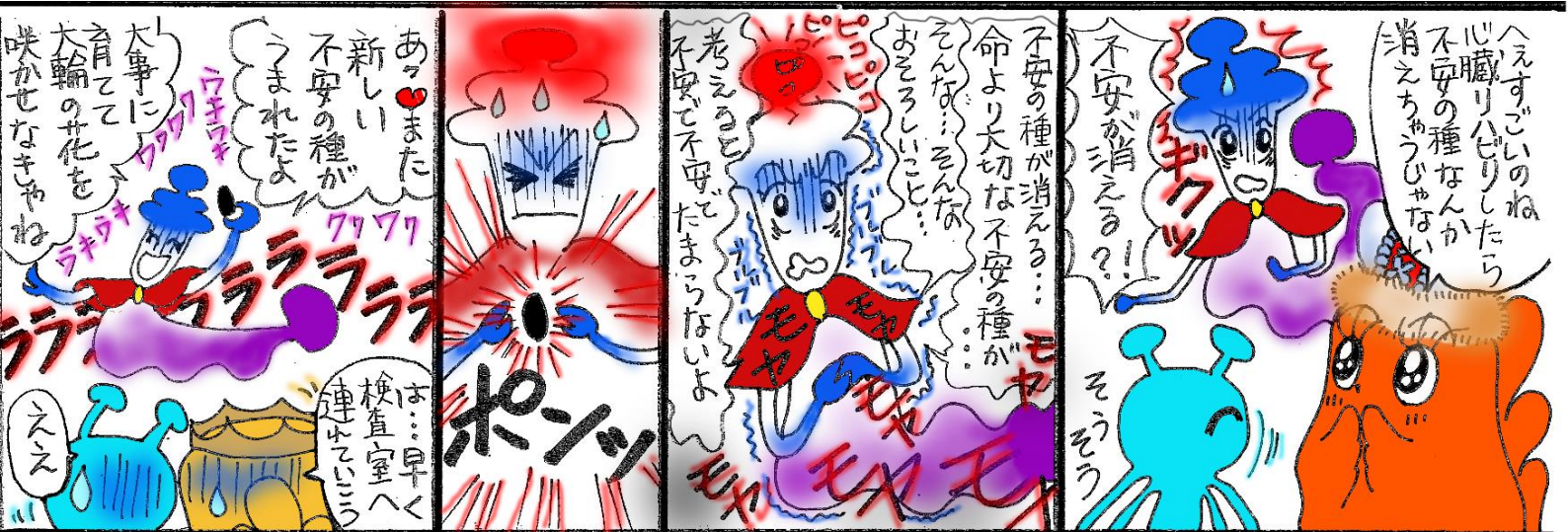
モヤモヤナさん 心臓リハビリは 危険なものでは ありません

CPMXも患者さんが 安全に行える 運動量を調べるための 検査で、心電図や血圧を 監視しながら行いますので 安心して下さい。

そうそう。CPMXの結果から導かれる 安全なトレーニングで 自心切れが軽くなったリ 筋肉が増えて動作が 楽になっって心臓への 負担も減るんだよ

血管も抜がるから 高血圧も改善、 自律神経も 安定して 不整脈の 予防にもなる

ほ!



へえすごいね
心臓リハビリしたら
不安の種なんか
消えちゃうんじゃないか

不安が消える?!
そうそう

不安の種が消える...
命より大切な不安の種が
そんな...そんな
おそろしいこと!

考えること
不安で不安だまららないよ

あ...また
新しい
不安の種が
生まれたよ

大事に
育てて
大輪の
花を
咲かせな
きゃね

検査室
こんにちは
モモヤリナさん
今日はよろしく
お願いします

担当医師です
理学療法士です
がんばりましょうね
臨床検査技士です
どうぞよろしく

あ...
エルゴメーターだ
君よく
知っているね

自転車
みたい

これをこいでもらうと
心臓だけでなく、肺や
筋肉の状態、その人の
体力がわかるんだ

患者さんの
運動中の呼吸を
分析して、酸素と
二酸化炭素の
量を測るからね

はかして
どうするの??

うーんとね

た...軽い運動をすると...
取り込む
酸素
吐き出す
二酸化炭素

この割合が同じなのが
有酸素運動
十分に酸素が取りこめて
心臓に負担がかからない。

これが無酸素運動
筋肉のエネルギー消費量に、酸素の量が
追いつかない。吐き出すCO₂の量が
心臓に負担がかかりはじめる。

ところが運動量が増すと...
CO₂ 二酸化炭素
酸素

CPXではこの
有酸素運動から無酸素運動に
切り替わるポイントを調べるんだ

よく
知ってるなあ

そしてATレベルを
少しだけ下回る
強度で運動を
してもらったのが
最も効率良く
心臓に負担の
かからない
トレーニングに
なるんだよ

運動は体に
いいこと言うけれど
きつすぎても
軽すぎても
効果は期待
できないんだ

CPXは
その人に
ピッタリの
運動量を
調べる
検査って
わけね

納得

うーんとね

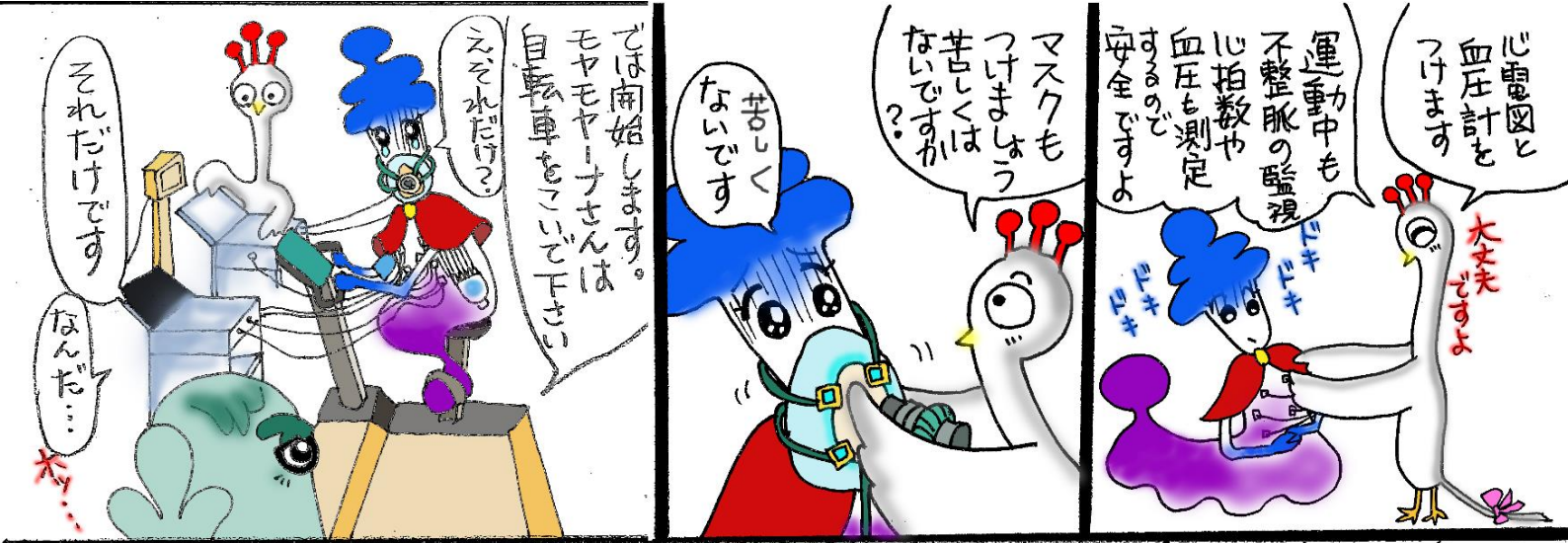
うーんとね

うーんとね

うーんとね

うーんとね

うーんとね



では南始します。モヤモヤナさんは自転車道をここで下さる。えそれだけ？

それだけです。なんだ...

苦しくはないです

マスクもつけまはう。苦しくはないですが？

心電図と血圧計をつけます。大丈夫ですよ

運動中も不整脈の監視。心拍数や血圧も測定するので安全ですよ



このデータをもとに退院後のリハビリのプログラムを提案させていただきます

お疲れさまでした

ハイ、スタートです

おしゃべりはしないでかけ声に合わせてこぎましょう

ハイ、スタートです

いちに、いちに

モヤモヤさん、がんばれ

だんだんペダルに負担がかかり重くなります

きつすぎたら手を休めて知らせて下さい

あ、心電図だ

このデータをもとに退院後のリハビリのプログラムを提案させていただきます

お疲れさまでした

ハイ、スタートです

おしゃべりはしないでかけ声に合わせてこぎましょう

ハイ、スタートです

いちに、いちに

モヤモヤさん、がんばれ

だんだんペダルに負担がかかり重くなります

きつすぎたら手を休めて知らせて下さい

あ、心電図だ

運動開始しましょう

おしゃべりはしないでかけ声に合わせてこぎましょう

ハイ、スタートです

いちに、いちに

モヤモヤさん、がんばれ

だんだんペダルに負担がかかり重くなります

きつすぎたら手を休めて知らせて下さい

あ、心電図だ

運動開始しましょう

おしゃべりはしないでかけ声に合わせてこぎましょう

ハイ、スタートです

いちに、いちに

モヤモヤさん、がんばれ

だんだんペダルに負担がかかり重くなります

きつすぎたら手を休めて知らせて下さい

あ、心電図だ

運動開始しましょう

おしゃべりはしないでかけ声に合わせてこぎましょう

ハイ、スタートです

いちに、いちに

モヤモヤさん、がんばれ

だんだんペダルに負担がかかり重くなります

きつすぎたら手を休めて知らせて下さい

あ、心電図だ



狭心症、心筋梗塞の死亡率を26%下げ入院のリスクも18%減少させます。

血も涙もないって、うそか？

はい、はい

心臓リハビリは運動療法だけでなく生活指導やカウンセリングも含めた総合的なプログラムなんだ

練馬区では、翔洋会と光が丘病院で2021.6.現在

心臓リハビリが保険適応で受けられる疾患はだよ

えっ？保険でできるんだ

そう、保険でOK

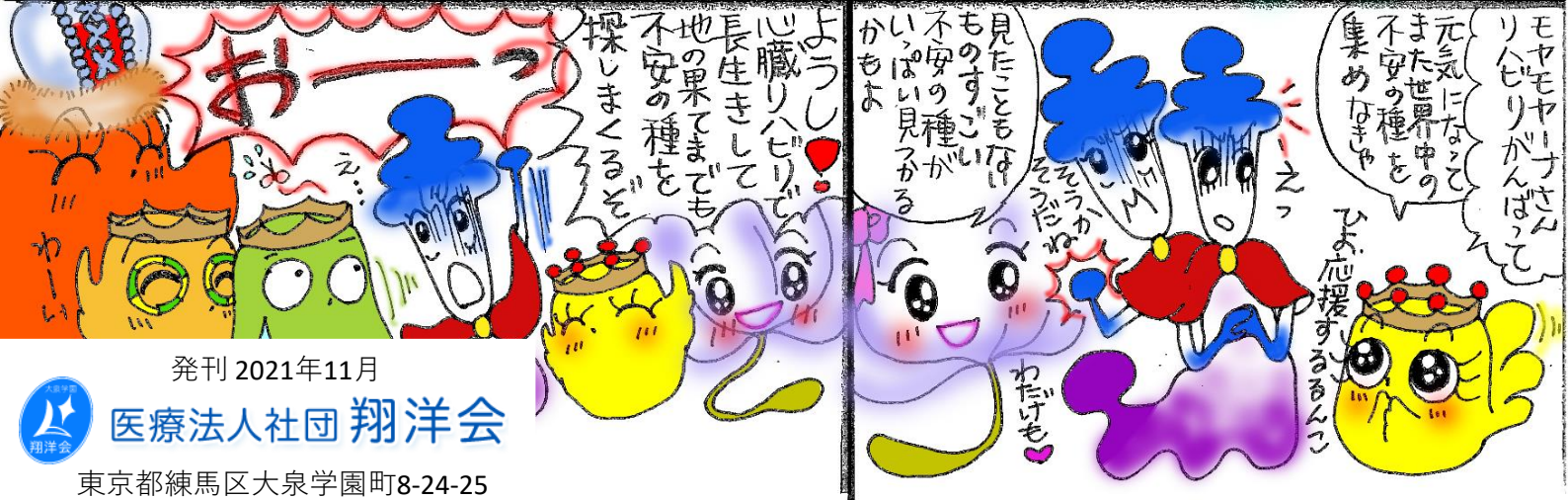
1. 急性心筋梗塞
2. 狭心症
3. 心臓術後
4. 慢性心不全
5. 大血管疾患 (大動脈瘤、大動脈解離など)
6. 末梢動脈疾患
7. 経カテーテル大動脈弁置換術後

心臓リハビリが保険適応で受けられる疾患はだよ

えっ？保険でできるんだ

そう、保険でOK

1. 急性心筋梗塞
2. 狭心症
3. 心臓術後
4. 慢性心不全
5. 大血管疾患 (大動脈瘤、大動脈解離など)
6. 末梢動脈疾患
7. 経カテーテル大動脈弁置換術後



ようし、心臓リハビリで長生きして地の果てまでも不安の種を採りまくると

え...?

はい、はい

心臓リハビリが保険適応で受けられる疾患はだよ

えっ？保険でできるんだ

そう、保険でOK

1. 急性心筋梗塞
2. 狭心症
3. 心臓術後
4. 慢性心不全
5. 大血管疾患 (大動脈瘤、大動脈解離など)
6. 末梢動脈疾患
7. 経カテーテル大動脈弁置換術後

心臓リハビリが保険適応で受けられる疾患はだよ

えっ？保険でできるんだ

そう、保険でOK

1. 急性心筋梗塞
2. 狭心症
3. 心臓術後
4. 慢性心不全
5. 大血管疾患 (大動脈瘤、大動脈解離など)
6. 末梢動脈疾患
7. 経カテーテル大動脈弁置換術後