

## ●内科・循環器内科・心臓リハビリテーション科

心臓病の治療後、お家にこもりがちになっていませんか？「動く息切れがしたり、疲れてしまつて」そんな声をよく聞きます。心臓は、治療前より、よくなっているはずなのに…。その原因は？実は体の筋肉が減っている可能性があります。心臓病の方は、どのくらい動けるか心配で、日々の活動量が減り、かえって体力が落ちます。心臓病の治療後、心臓リハビリテーション（以下心リハ）をしつかり受けられた方は、体力がつき、動悸や息切れも減り、毎日を楽しくすごせます。



副院長・  
心リハ認定医  
遠藤 教子

心臓リハビリを知っていますか？

### 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  
※受付終了時間【午前】11:30/【午後】17:30

休診日 日曜日・祝祭日  
郡山市長者二丁目12番5号

☎954-6773

WEB予約もできます▶



心リハは、有酸素運動を中心に、心臓病との付き合い方も確認していく治療です。心リハ指導士らが見守る環境で一人一人にあった運動を行います。減塩や禁煙など生活習慣の見直しも大切です。心臓のバイパス術後、心リハを続け、趣味のゴルフを再開できた方もいます。心リハ認定医、心リハ指導士といった専門スタッフのもとでの心リハが安全です。