

【カリキュラム】

心不全療養指導士が役割を果たす上で必要な知識と療養指導の具体的な内容をまとめました。詳細は『心不全療養指導士認定試験ガイドブック』を参照してください。

大項目(章)	中項目(節)	小項目(具体的な内容)
1.心不全療養指導士 の役割・機能	1)日本心不全療養指導士制度	日本心不全療養指導士制度の目的
		日本心不全療養指導士の役割
2.療養指導の基本	1)療養指導に必要な患者教育の考え方	
	2)療養指導の評価および修正	
3.心不全の予防活動	1)心不全における予防の重要性	
	2)予防啓発活動	
4.心不全の概念、診断、 成 因、検 査	1)心臓の構造	
	2)心臓の働き(健常人)	心臓ポンプ機能(前負荷、後負荷、心拍数、心収縮力)と代償機能
		1回心拍出量、心拍出量
	3)心不全の概念	心不全の定義・分類・特徴
		心不全進展ステージ
	4)心臓の基礎疾患の特徴	虚血性心疾患
		心筋症
		心筋炎
		心毒性心筋障害、浸潤性疾患(アミロイドーシス・サルコイドーシス)
		高血圧
		弁膜症・心臓の構造異常(先天性心疾患等)
		不整脈
	肺高血圧症	
	5)心不全の身体所見	Nohria-Stevenson 分類:うっ血・低灌流の所見と自覚症状
		NYHA 分類
		身体活動能力質問表(SAS)
6)検査	バイオマーカー(BNP/NT-proBNP)	
	胸部単純X線写真	
	心エコー	
	心臓カテーテル検査・生検	
	血液検査(腎機能、肝機能、貧血、炎症反応、脂質・糖代謝指標)	

5.心不全の治療 (総論)	1)薬物治療	心不全治療概論
		β遮断薬
		ACE阻害薬、ARB、MRA
		利尿薬
		その他(ジコキシン、経口強心薬、アミオダロンなど)
	2)非薬物治療	植込み型除細動器(ICD)
		心臓再同期療法(CRT)
		呼吸補助療法(ASV) 在宅酸素療法
		運動療法
		手術
		植込み型人工心臓・心臓移植
	3)併存疾患の治療	糖尿病
		慢性腎臓病
		COPD
		貧血
無呼吸症候群		
6.心不全の療養指導	1)患者教育に活用する心不全に関する知識	定義、原因、症状、病みの軌跡
		増悪の誘因:医学的因子(虚血、不整脈、貧血、感染など)と生活因子(水分・塩分摂取過多、怠薬、過活動)
	2)セルフモニタリングと定期受診・増悪時の対応	体重、血圧、脈拍、症状などのモニタリングの方法
		患者手帳の活用
		定期的な受診の必要性
		増悪時の対応(増悪時の症状と評価、増悪時の医療者への連絡方法、早期受診の目安の提示)
	3)服薬アドヒアランスへの支援	服薬内容の確認、服薬方法の理解、確実な内服管理
		アドヒアランスの評価
	4)栄養管理	バランスの良い食事の重要性
		適正な塩分管理(6g未満/日)
		適正体重の維持
		飲水制限
		サルコペニア・フレイル・カヘキシー
	5)身体活動と運動	運動の種類、強さ、時間と回数
		運動耐容能の評価(心肺運動負荷試験、6分間歩行)
		具体的な運動の方法
		運動をしてはいけないとき、注意点
	6)禁煙支援	禁煙の必要性

		禁煙支援の具体的方法
		禁煙外来における禁煙治療の流れ
	7)日常生活の心がけ	活動の目安(活動の強さと休息のバランスなど)
		適切な入浴方法
		排便コントロール
		過度なアルコール摂取の危険性
		感染予防とワクチン接種(インフルエンザ、肺炎球菌など)
		日常生活のストレスマネジメント
	8)心理的支援	心不全と心理精神的変化
		抑うつスクリーニング:PHQ9、PHQ2 など
		専門家への連携とコミュニケーションなどの対応の検討
7.特殊な状況・病態時の療養指導	1)季節の変化に伴う対処	
	2)旅行	
	3)認知機能低下のある患者への対応	認知機能低下が療養行動に及ぼす影響 認知機能低下の評価(MMSE・長谷川式) 認知機能低下のある患者へのコミュニケーションと療養行動の工夫の検討、専門家との連携
	4)災害時・医療安全上の留意点	
8.心不全の緩和ケア	1)心不全における ACP	
	2)意思決定支援	
	3)末期心不全における症状と緩和	
9.病院と在宅の連携	1)チーム医療の提供	
	2)心不全における在宅医療	在宅医療の基本的な考え方
		病院と在宅医療の連携
		在宅で働く職種と役割
		福祉制度の活用
	3)家族・介護者への支援	心不全患者の家族あるいは介護者が抱える問題
		家族あるいは介護者への支援
	4)心不全医療における地域連携	心不全医療における地域連携の重要性
地域連携を促す多職種カンファレンス		