

第3回ホノルル心臓リハビリテーションワークショップのハイライト

“慢性疾患を元気に生きる”

埼玉医科大学国際医療センターリハビリテーション科 佐藤真治

2008年2月24日～3月2日、米国・ハワイ州ホノルルに於いて、NPO法人ジャパンハートクラブ（JHC）主催により「ホノルル心臓リハビリテーションワークショップ“慢性疾患を元気に生きる”」がおこなわれた。内容は、6つのセッション（レクチャー&ディスカッション）と病院見学（Kuakini Health System）から構成された。参加者は11名（医師5名、大学教員1名、理学療法士2名、運動指導士4名）であった。以下、主なセッションの内容を下記に示す。

I. 慢性疾患の諸問題

① 慢性腎疾患(CKD)の疾病管理（講師：Dr. Nakaya Saito, MD、ハワイ大学医学部）

今、慢性腎疾患“CKD”が注目されている。このセッションでは、CKDの定義やメカニズム、診断のポイントを学んだ。また、透析患者に対する運動療法の重要性を確認した。

② 慢性疾患患者の心理（講師：石原俊一先生、文教大学）

冒頭、石原先生より慢性疾患患者に共通する心理的特徴についてご講義いただいた。また、慢性疾患患者の心理的問題に対する行動変容には認知行動療法的アプローチが有効であることが示された。後半は、「無関心期の慢性疾患患者にどのようにアプローチするのか？」について会場全体でディスカッションとなった。

II. 長寿と慢性疾患の環境因子（講師：Dr. B. Willcox, MD、Pacific Health Research Institute）

5820人の日系ハワイ人男性を40年間追跡したコホート研究（Honolulu Heart Program）によって、元気に長生きしている高齢者は中年期に（1）太っていない、（2）冠危険因子を保有していない、（3）握力(筋力)が強いことが明らかにされた。講師のDr. Willcoxからは、慢性疾患患者であっても、冠危険因子の厳密なコントロールと筋力向上によって、元気に長生きできる可能性があるというメッセージをいただいた。

III. 慢性疾患をどう管理するのか？

① 慢性疾患のチームマネジメント(総合討論)

慢性疾患の疾病管理はチームマネジメントの概念とともにある。ここでは、慢性期のチーム医療をテーマにディスカッションをおこなった。その結果、チームの中でマネジメント業務（エフェクティブネスの評価、コスト管理など）を担うファシリテーターの必要性和チームにおいて価値観を共有することの重要性が確認された。

② 慢性疾患とレジスタンストレーニング（講師：都竹茂樹先生、高知大学）

講師の都竹先生は、四日市市の国保ヘルスアップモデル事業をコーディネートし、医療費削減などの成果を上げた経験を持つ。前半は、モデル事業で活用したレジスタンストレーニングのプログラムパックを参加者全員で体験した。後半は、プログラムを成功させるための具体的な戦略について学んだ。

セッションはどれも非常に盛り上がり、参加者全員が充実感を得られたようであった。現在、維持期の心臓リハビリには十分な環境が整っているとは言えない。しかし、ワークショップで熱く語り合い“元気”を得た我々が、現場でActionを起こすことで、環境は変わるかもしれない。そんな、楽観的で前向きな気分させられた、素晴らしい1週間であった。

研修日程表(予定)

日次	月 日	都 市 名	現 時 地 刻	交 通 機 関	日 程	食 事
1	2008年 2/24(日)	成 田 発 ホノルル着	20:10 7:25	NW010 専用車	ノースウエスト航空にて、ホノルルへ * ウエルカムディナー18時より* (ワイキキサンドヴィラロビー:17時45分集合) ワイキキサンドヴィラ 泊	× 機 機
2	2/25(月)	ホノルル	9:00~11:30 13:00~15:00		○「英語でディスカッションを始めよう！」 ○「慢性疾患の疾病管理～慢性腎疾患(CKD)を中心に」講師: Dr. Nakaya Saito, MD MS (ハワイ大学医学部) ○「長寿の環境因子・遺伝因子」<英語> 講師: Dr. Bradley J Willcox, MD (Pacific Health Research Institute) ○「慢性疾患患者の心理」講師: 石原俊一先生、PhD(文教大学人間科学部) ワイキキサンドヴィラ 泊	× × ×
3	2/26(火)	ホノルル	10:00~11:30 14:00~16:00		○自由討議「慢性疾患のチームマネジメントのあり方を考える」<日本語> ○「慢性疾患とレジスタンストレーニング(実技)」講師: 都竹茂樹先生、MD PhD MPH(高知大学医学部) ワイキキサンドヴィラ 泊	× × ×
4	2/27(水)	ホノルル	10:00~12:00		○ Kuakini Health System 病院見学 午後自由行動 ワイキキサンドヴィラ 泊	× × ×
5	2/28(木)	ホノルル	9:00~12:00 20:00~		○「ダイヤモンドヘッドの頂上目指して！トレッキングツアー」(自由参加) ◎ 打ち上げ(於:ホテルサンドヴィラ)(実費負担) ワイキキサンドヴィラ 泊	× × ×
6	2/29(金)	ホノルル発	早朝 09:40	専用車 NW009	午前:空港へ向け出発 空路、帰国の途へ 機内泊	× 機 ×
7	3/1(土)	成 田 着	13:55		到着後、解散	機