

心不全(しんふぜん)とは？

慈恵医大西部MC 宮永
2026/01

心不全とは、心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、
だんだん悪くなり、生命を縮める病気です。

自分の体をよく観察して、生活習慣に気をつけながら過ごすようにして、
心不全を悪化させずに長生きしましょう。

□薬を毎日きちんと
飲みましょう

□むくみ、体重、血圧
を毎日はかりましょう
(体重増加は2kg以内に)

□禁煙

□節酒(つまみに注意)
(日本酒 1合/日まで)

□塩分制限(< 6g/日)

□運動療法(散歩など)

□血圧コントロール
(目標血圧 130/80 未満)

□感染を予防
(ワクチン接種なども)

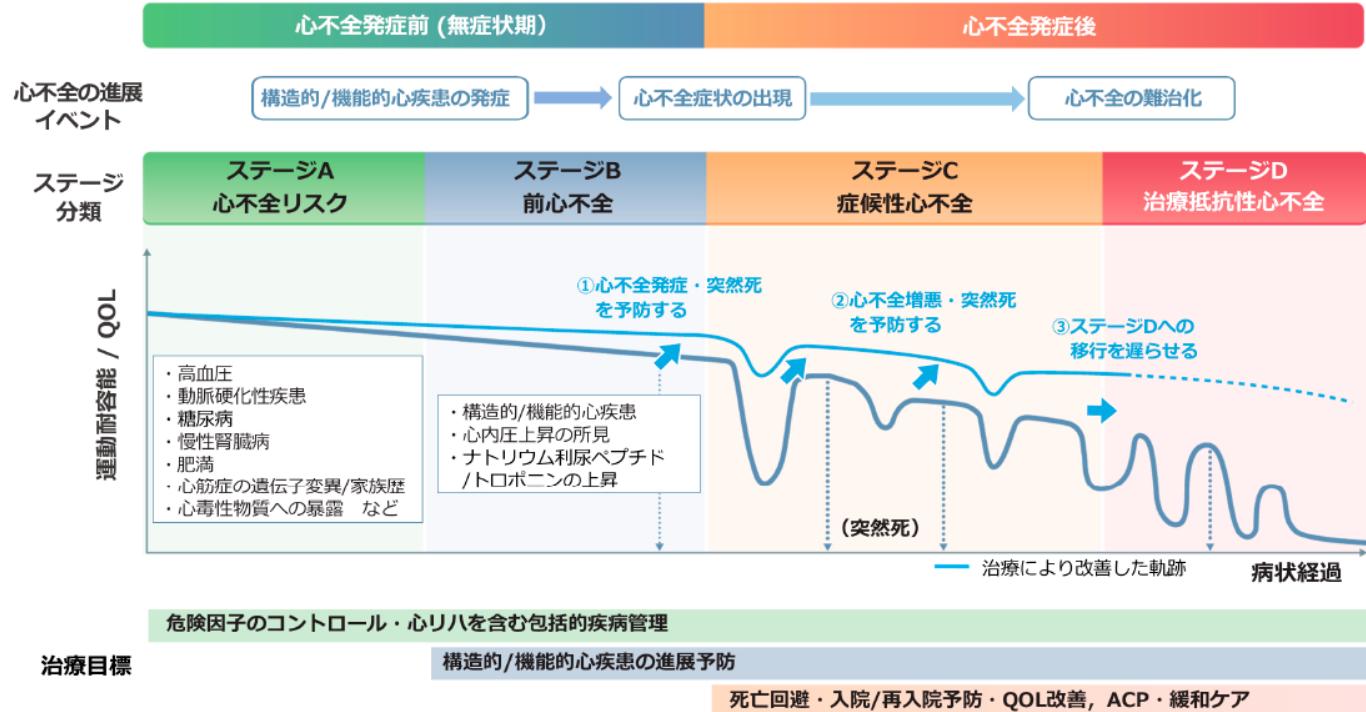


図2 心不全ステージの治療目標と病の軌跡

心不全診療ガイドライン(2025年改訂版)より