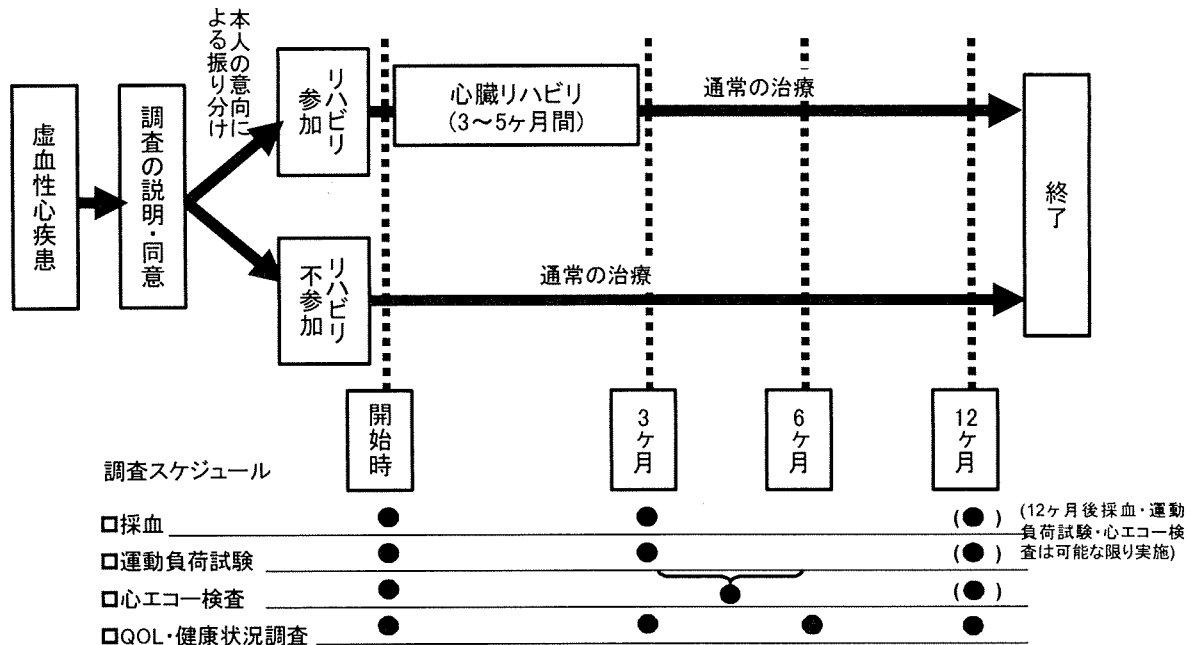


登録された匿名化済みの個別症例データにアクセスできるのは事務局と主治医のみとし、登録参加医師は他施設の個別症例データにはアクセスが許可されず、集計結果のみにアクセス可能とする。

5) 目標症例数

- 予備的検討によると、心臓リハビリの効果(運動耐容能、冠危険因子など)を検出するための必要症例数は約 600 例、脱落・データ欠落率を 25%とすると、合計 800 例の登録が必要と計算される。

J-REHAB前向き登録研究 フローチャート



- 外来通院型心臓リハビリ参加患者は、各施設の心臓リハビリプログラムにしたがって退院後の回復期運動療法および患者教育活動に積極的に参加する。運動療法の目標としては、外来通院型監視下運動療法に週1回以上(できれば2~3回)参加し、運動処方に基づく運動療法の合計実施時間が少なくとも週150分以上となるように在宅運動療法を追加実施する。在宅運動療法については、実施状況を日誌に記録し、担当医が確認する。
- 心臓リハビリ不参加患者は、保険診療に基づき通常の治療を受ける。ただし積極的な運動療法(スポーツジムに通うなど)は控える。
- 心臓リハビリの実施期間は開始から3ヶ月間を原則とするが、保険診療の規定に基づいて継続実施することも可能。

(厚生労働科学研究「虚血性心疾患に対する外来型心臓リハビリテーションの有効性のエビデンスの確立と普及方策の検討に関する多施設研究」班)

5) 問題発生時の対応

この調査は、患者に対して通常の保険診療以外の検査や治療を実施するものではないので、調査への協力により患者の身体に危害が発生することはない。起こりうる問題として、アンケート調査による精神的苦痛、個人情報流出などが想定されるが、そのような問題が発生しないよう十分留意して調査を遂行し、また万一問題が発生した際には迅速に適切な対応を取る。

6) 研究期間

研究期間: 2007年9月~2011年12月
 登録期間 2007年11月~2010年2月
 追跡期間 2008年1月~2011年3月
 解析期間 2011年4月~2011年12月

7) 研究計画等の開示及び計画の概要

1) 研究計画の開示

研究対象者から要請があれば研究計画を開示する。

2) 計画の概要

虚血性心疾患に対する心臓リハビリテーションは運動能力、QOL(生活の質)、長期生存率を改善することが欧米から報告されている。しかし最近の調査によると、日本循環器学会指定の循環器専門医研修病院 526 病院のうち、急性心筋梗塞患者に対して退院後の外来通院型心臓リハビリテーションを実施していたのはわずか 9% にすぎず、わが国ではその普及が著しく遅れている。本研究では、わが国における虚血性心疾患に対する心

臓リハビリテーションの普及促進をめざし、特に退院後の外来通院型(第Ⅱ相)心臓リハビリテーションに関して有効性のエビデンスの確立および普及方策の検討を多施設研究として実施する。具体的には、急性心筋梗塞、狭心症、冠動脈バイパス術後、慢性心不全などの虚血性心疾患患者に対する外来通院型心臓リハビリテーションの有効性を前向き登録研究により検討し、エビデンスの構築を行うとともに、わが国における普及の遅れの構造的理由を明らかにし、全国的な普及促進のための具体的方策を検討する。

8) 予測される危険性

この調査は、虚血性心疾患患者に通常の保険診療を行ったときの経過を診療録とアンケート調査により追跡するもので、研究を目的として新たな検査や治療を実施するものではない。したがって、調査自体により直接患者の身体に危険が及ぶことはないと考えられる。

9) 被験者の利益及び不利益

この調査が協力患者に直接利益をもたらす可能性は低いと考えられる。しかし調査への協力により運動負荷試験やアンケート等の情報から担当医が患者の健康状態を詳細に把握することができ、結果的に良い診療内容になる可能性はある。また本研究の成果が今後の医学の発展に寄与し、その結果、将来心臓リハビリがより効果的に行われる可能性がある。

本研究での検査・治療は保険診療の範囲内で実施されるので、研究への参加自体による不利益は生じない。調査内容は匿名化され、個人を特定できる情報は可能な限り排除したので、個人情報の漏洩のおそれはないものとする。

10) 費用負担に関する事項

この研究に必要な費用は厚生労働科学研究費補助金(循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業)「虚血性心疾患に対する外来型心臓リハビリテーションの有効性のエビデンスの確立と普及方策の検討に関する多施設研究」(H19 - 循環器(生習) - 一般 - 011、主任研究者・後藤葉一)から支出される。ただし通常の保険診療費用については患者負担となる。またこの調査の協力患者への交通費、謝金等の支給はしない。

11) 知的所有権に関する事項

この研究の結果として特許権等が生じた場合、その権利は国、共同研究機関及び研究遂行者などに属し、協力患者には属さない。またその特許権等に関して生じうる経済的利益についても協力患者には権利はない。

12) 倫理的配慮

この研究は、国立循環器病センター倫理委員会で研究計画書の内容及び実施の適否等について、科学的及び倫理的な側面が審議される。また研究計画の変更、実施方法の変更が生じる場合には適宜審査を受け、安全性と人権に最大の配慮を行う。

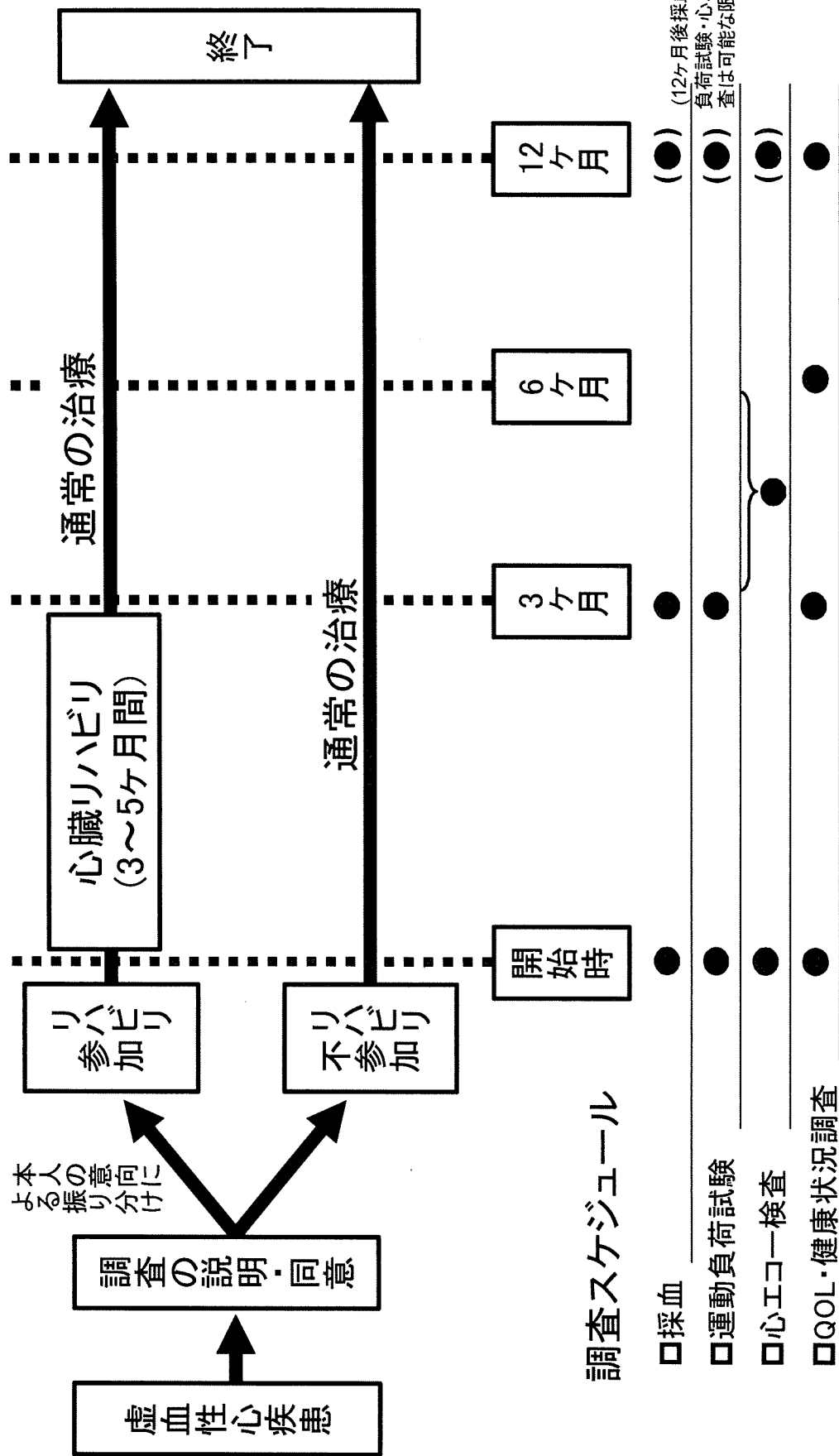
調査結果は、個人名が特定できない形で集計し、本研究の目的のみに使用する。この調査に参加することによって患者の個人情報外部へ漏れたりプライバシーが侵害されたりすることが無いように留意する。

【参考文献】

- 1) Wenger NK, Froelicher ES, Smith LK, et al: Clinical Practice Guideline No.17, Cardiac Rehabilitation. U.S. Department of Health and Human Services, AHCPR Publication No.96-0672, 1995
- 2) Ades PA.: Cardiac rehabilitation and secondary prevention of coronary heart disease. N Engl J Med. 2001; 345: 892-902.
- 3) Fletcher GF, Balady GJ, Amsterdam EA, et al: Exercise Standards for Testing and Training: A Statement for Healthcare Professionals From the American Heart Association. Circulation 2001; 104: 1694-1740.
- 4) Taylor RS, Brown A, Ebrahim S, et al: Exercise-based rehabilitation for patients with coronary heart disease: systematic review and meta-analysis of randomized trials. Am J Med 2004; 116: 682-697
- 5) Yoshida T, Yoshida K, Yamamoto C, Nagasaka M, Tadaura H, Meguro T, Sato T, Kohzuki M: Effects of a two-week, hospitalized phase II cardiac rehabilitation program on physical capacity, lipid profiles and psychological variables in patients with acute myocardial infarction. Jpn Circ J. 2001; 65: 87-93
- 6) Sakuragi S, Takagi S, Suzuki S, Sakamaki F, Takaki H, Aihara N, Yasumura Y, Goto Y: Patients with large myocardial infarction gain a greater improvement in exercise capacity after exercise training than those with small to medium infarction. Clin Cardiol 2003; 26: 280-286

- 7) Suzuki S, Takaki H, Yasumura Y, Sakuragi S, Takagi S, Tsutsumi Y, Aihara N, Sakamaki F, Goto Y: Assessment of quality of life with 5 different scales in patients participating in comprehensive cardiac rehabilitation after acute myocardial infarction. *Circ J* 2005; 69: 1527-1534
- 8) Goto Y, Itoh H, Adachi H, Ueshima K, Nohara R: Use of exercise cardiac rehabilitation after acute myocardial infarction: Comparison between health insurance-approved and non-approved hospitals in Japan. *Circ J* 2003; 67: 411-415
- 9) 後藤葉一、齋藤宗靖、岩坂壽二、代田浩之、上月正博、上嶋健治、牧田茂、安達仁、横井宏佳、大宮一人、三河内弘、田邊潤、横山広行:我が国における急性心筋梗塞症回復期心臓リハビリテーションの全国実態調査. *心臓リハビリテーション*. 2006; 11:36-40
- 10) Goto Y, Saito M, Iwasaka T, Daida H, Kohzuki M, Ueshima K, Makita S, Adachi H, Yokoi H, Omiya K, Mikouchi H, Yokoyama H: Poor implementation of cardiac rehabilitation despite broad dissemination of coronary interventions for acute myocardial infarction in Japan: A nationwide survey. *Circ J* 2007;71:173-179

「虚血性心疾患に対する外来型心臓リハビリテーションの有効性に関する多施設前向き登録研究」フローチャート



●外来通院型心臓リハビリ参加患者は、各施設の心臓リハビリプログラムにしたがって退院後の回復期運動療法および患者教育活動に積極的に参加する。運動療法の方法の目標としては、外来通院型監視下運動療法に週1回以上(できれば2~3回)参加し、運動処方に基づく運動療法の合計実施時間が少なくとも週150分以上となるように在宅運動療法を追加実施する。在宅運動療法については、実施状況を日誌に記録し、担当医が確認する。

●心臓リハビリ不参加患者は、保険診療に基づく通常の治療を受ける。ただし積極的な運動療法(スポーツジムに通うなど)は控える。

●心臓リハビリの実施期間は開始から3ヶ月間を原則とするが、保険診療の規定に基づいて継続実施することも可能。

(厚生労働科学研究「虚血性心疾患に対する外来型心臓リハビリテーションの有効性のエビデンスの確立と普及の方策の検討に関する多施設研究」班)

「虚血性心疾患に対する外来型心臓リハビリテーションの有効性に関する
多施設前向き登録研究」の説明文書

外来型心臓リハビリテーションの有効性に関する調査へご協力をお願い

厚生労働科学研究費補助金(循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業)「虚血性心疾患に対する外来型心臓リハビリテーションの有効性のエビデンスの確立と普及方策の検討に関する多施設研究」(H19・循環器(生習)・一般・011)研究班

【強制ではありません(協力の任意性と撤回の自由)】

この研究への協力の同意はあなたの自由意思で決めてください。強制いたしません。同意しなくてもあなたの不利益になるようなことはありません。

またいったん同意した場合でも、あなたが不利益を受けることなく、いつでも同意を撤回することができ、その場合は調査結果などは廃棄され、診療記録などもそれ以降は研究目的に用いられることはありません。ただし、同意を取り消した時すでに研究結果が論文などで公表されていた場合などのように、調査結果などを廃棄することができない場合があります。

【研究目的および内容】

1) 研究目的

欧米の研究では、虚血性心臓病(心筋梗塞、狭心症、冠動脈バイパス手術、心不全)になった患者さんが、退院後も外来で運動療法や食事指導を含む心臓リハビリに参加することにより、体力の回復や精神的満足感が得られ、再入院や死亡を減らすことができるという報告されています。しかしわが国ではこれまでそのようなデータはなく、最近の調査によると、わが国では約 900 ある循環器専門病院のうち、退院後に外来で心臓リハビリを実施している病院はわずか 9%で、欧米に比べ普及が大幅に遅れていることがわかりました。

そこで、このたび厚生労働省の研究補助による循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業班では、全国の主要な病院で、退院後に心臓リハビリに参加した場合と参加しなかった場合の経過について検討する調査研究をおこなうことになりました。つきましてはあなたにも、ぜひこの研究へのご協力をお願いしたいと思います。

2) 方法

この研究は、あなたが心臓リハビリに参加するしないにかかわらず、これから 1 年にわたってあなたの健康状態を追跡調査させていただくものです。心臓リハビリに参加するかどうかはあなたの自由意思で決めてください。心臓リハビリに参加する患者さんは、心臓リハビリプログラムにしたがって約 3 ヶ月間にわたって運動療法や患者教育に積極的に参加していただきます。心臓リハビリに参加しない患者さんは、通常の治療を受けていただくこととなります。したがってこの調査は、通常行わない危険な検査や特殊な治療をおこなうものではありません。

調査期間の開始時、3ヶ月後、6ヶ月後、1年後に、病院で受けた血液検査や運動負荷試験の結果を調査させていただき、またあなたの健康状態、職場復帰状況などについてアンケート調査をさせていただきます。

3) この調査によりわかること

わが国では、退院後の心臓リハビリの普及は欧米に比べ、大幅に遅れています。この調査により、わが国の虚血性心臓病の患者さんが退院後に外来で心臓リハビリに参加した場合に、どの程度の効果が得られるかがわかります。この調査結果は、今後わが国において退院後の外来型心臓リハビリを普及させるための重要な基礎データとなる予定です。

【研究計画書等の開示】

あなたが希望される場合、この研究の研究計画の内容を見ることができます。また心臓リハビリに関する資料が必要な場合もご用意いたします。

【予測される危険性とその対応】

この調査は虚血性心疾患の患者さんに通常の診療を行ったときの経過を追跡するもので、調査への協力により患者さんの身体に危害が発生することはありません。起こりうることとして、アンケート調査による精神的苦痛などが考えられますが、そのような問題が発生しないよう十分留意して調査をおこない、また万一問題が発生した場合でも適切な対応を取ります。

【研究協力者にもたらされる利益と不利益】

この調査がご協力いただいた患者さんに直接有益な結果をもたらす可能性は低いと考えられます。ただ運動負荷試験やアンケート調査の結果から担当医があなたの健康状態をよりよく知ることができ、結果的に良い診療内容になる可能性はあります。また本研究の成果が今後の医学の発展に寄与し、その結果、将来心臓リハビリがより効果的に行われる可能性があります。一方、本研究への参加による不利益は生じないと考えられます。調査内容は匿名化して厳重に取り扱いますので、個人情報のおそれはないものと考えます。

【費用負担に関すること】

この研究に必要な費用は厚生労働科学研究費補助金(循環器疾患等生活習慣病対策総合研究事業)(H19-循環器(生習)-一般-011)から支出されますが、研究以外のあなたの病気に対する通常の診療費については、これまでどおりあなたに負担していただきます。なお、この研究による交通費、謝金等の支給はおこないません。

【知的所有権に関すること】

この研究の結果として特許権等が生じる可能性があります。その権利は国、研究期間、民間企業を含む共同研究機関及び研究遂行者などに属し、あなたには属しません。またその特許権等に関して経済的利益が生じる可能性があります。あなたはこれらについても権利はありません。

【倫理的配慮】

この研究は、倫理委員会等で研究計画書の内容及び実施の適否等について、科学的及び倫理的な側面が審議され承認されています。また研究計画の変更、実施方法の変更が生じる場合には適宜審査を受け、安全性と人権に最大の配慮をいたします。

【個人情報の保護に関すること】

この研究で利用される個人情報は、行政機関個人情報保護法に基づき適正に管理し、研究に利用させていただくあなたの個人情報も厳重に管理いたします。

その他、わからないことがあれば何でも質問してください。

平成 年 月 日

説明者所属 _____

説明者氏名 _____

(署名または記名・押印)

お問い合わせ先： 国立循環器病センター
〒565-8565 大阪府吹田市藤白台 5-7-1
電話 (06)6833-5012 内線 2741
心臓血管内科部長 後藤葉一

**虚血性心疾患に対する外来型心臓リハビリテーションの有効性に関する
多施設前向き登録研究への協力に関する同意書**

国立循環器病センター病院長 殿

私は、当該研究の目的、内容、安全性及び危険性等について、説明文書に基づき説明しました。

平成 年 月 日

説明者 所属 _____

氏名 _____

(署名または記名・押印)

私(_____)は、「虚血性心疾患に対する外来型心臓リハビリテーションの有効性に関する多施設前向き登録研究」(主任研究者 後藤葉一)に関して、その目的、内容、利益及び不利益を含む下記の事項について担当者から文書を用いた説明を受け、理解しました。

また、同意した後であっても、いつでも同意を撤回できること、そのことによって何ら不利益を生じないこと、疑問があればいつでも質問できることについても説明を受け納得しました。

つきましては、私自身の自由意思によりこの研究への協力に同意します。

- 1) 研究への協力の任意性と撤回の自由
- 2) 研究の目的および内容
- 3) 研究計画書等の開示
- 4) 予測される危険性とその対応
- 5) 研究協力者にもたらされる利益と不利益
- 6) 費用負担に関すること
- 7) 知的所有権に関すること
- 8) 倫理的配慮
- 9) 個人情報の保護に関すること

平成 年 月 日

研究協力者氏名 _____ 印
(署名または記名・押印)

住所 〒 _____

電話番号 () _____

あなたの健康について

このアンケートはあなたがご自分の健康をどのように考えているかをおうかがいするものです。あなたが毎日をどのように感じ、日常の活動をどのくらい自由にできるかを知るうえで参考になります。お手数をおかけしますが、何卒ご協力のほど宜しくお願い申し上げます。

以下のそれぞれの質問について、一番よくあてはまるものに印 (☑) をつけてください。

問1 あなたの健康状態は？ (一番よくあてはまるものに☑印をつけて下さい)

最高に良い	とても良い	良い	あまり 良くない	良くない
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

問2 1年前と比べて、現在の健康状態はいかがですか。
(一番よくあてはまるものに☑印をつけて下さい)

1年前より、 はるかに良い	1年前よりは、 やや良い	1年前と、 ほぼ同じ	1年前ほど、 良くない	1年前より、 はるかに悪い
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

SF-36v2™ Health Survey © 1992, 2000, 2003 Medical Outcomes Trust, Health Assessment Lab, QualityMetric Incorporated and Shunichi Fukuhara. All rights reserved.

SF-36® is a registered trademark of Medical Outcomes Trust.
(SF-36v2 Standard, Japanese)

問3 以下の質問は、日常よく行われている活動です。あなたは健康上の理由で、こうした活動をすることがむずかしいと感じますか。むずかしいとすればどのくらいですか。
 (ア～コまでのそれぞれの質問について、一番よくあてはまるものに☑印をつけて下さい)

とても むずかしい	少し むずかしい	ぜんぜん むずかしく ない
▼	▼	▼

- ア) 激しい活動、例えば、一生けんめい走る、
 重い物を持ち上げる、激しいスポーツをするなど..... ₁ ₂ ₃
- イ) 適度の活動、例えば、家や庭のそうじをする、
 1～2時間散歩するなど..... ₁ ₂ ₃
- ウ) 少し重い物を持ち上げたり、運んだりする
 (例えば買い物袋など) ₁ ₂ ₃
- エ) 階段を数階上までのぼる..... ₁ ₂ ₃
- オ) 階段を1階上までのぼる..... ₁ ₂ ₃
- カ) 体を前に曲げる、ひざまずく、かがむ..... ₁ ₂ ₃
- キ) 1キロメートル以上歩く..... ₁ ₂ ₃
- ク) 数百メートルくらい歩く..... ₁ ₂ ₃
- ケ) 百メートルくらい歩く..... ₁ ₂ ₃
- コ) 自分でお風呂に入ったり、着がえたりする..... ₁ ₂ ₃

問4 過去1カ月間に、仕事やふだんの活動（家事など）をするにあたって、身体的な理由で次のような問題がありましたか。（ア～エまでのそれぞれの質問について、一番よくあてはまるものに☑印をつけて下さい）

いつも	ほとんど いつも	ときどき	まれに	ぜんぜん ない
▼	▼	▼	▼	▼

- ア) 仕事やふだんの活動をする
時間をへらした 1 2 3 4 5
- イ) 仕事やふだんの活動が
思ったほど、できなかつた 1 2 3 4 5
- ウ) 仕事やふだんの活動の内容に
よっては、できないものが
あつた 1 2 3 4 5
- エ) 仕事やふだんの活動をする
ことがむずかしかつた
(例えばいつもより努力を
必要としたなど) 1 2 3 4 5

問5 過去1カ月間に、仕事やふだんの活動（家事など）をするにあたって、心理的な理由で（例えば、気分がおちこんだり不安を感じたりしたために）、次のような問題がありましたか。（ア～ウまでのそれぞれの質問について、一番よくあてはまるものに☑印をつけて下さい）

いつも	ほとんど いつも	ときどき	まれに	ぜんぜん ない
▼	▼	▼	▼	▼

- ア) 仕事やふだんの活動を
する時間をへらした 1 2 3 4 5
- イ) 仕事やふだんの活動が
思ったほど、できなかつた 1 2 3 4 5
- ウ) 仕事やふだんの活動が
いつもほど、集中して
できなかつた 1 2 3 4 5

問6 過去1ヵ月間に、家族、友人、近所の人、その他の仲間とのふだんのつきあいが、
身体的あるいは心理的な理由で、どのくらい妨さまたげられましたか。

(一番よくあてはまるものに☑印をつけて下さい)

ぜんぜん、 <small>さまた</small> 妨 <small>さまた</small> げられ なかった	わずかに、 <small>さまた</small> 妨 <small>さまた</small> げられた	少し、 <small>さまた</small> 妨 <small>さまた</small> げられた	かなり、 <small>さまた</small> 妨 <small>さまた</small> げられた	非常に、 <small>さまた</small> 妨 <small>さまた</small> げられた
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

問7 過去1ヵ月間に、体の痛みをどのくらい感じましたか。

(一番よくあてはまるものに☑印をつけて下さい)

ぜんぜん なかった	かすかな 痛み	軽い 痛み	中くらい の痛み	強い 痛み	非常に 激しい痛み
▼	▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6

問8 過去1ヵ月間に、いつもの仕事（家事も含みます）が痛みのために、どのくら
い妨さまたげられましたか。 (一番よくあてはまるものに☑印をつけて下さい)

ぜんぜん、 <small>さまた</small> 妨 <small>さまた</small> げられな かった	わずかに、 <small>さまた</small> 妨 <small>さまた</small> げられた	少し、 <small>さまた</small> 妨 <small>さまた</small> げられた	かなり、 <small>さまた</small> 妨 <small>さまた</small> げられた	非常に、 <small>さまた</small> 妨 <small>さまた</small> げられた
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

SF-36v2™ Health Survey © 1992, 2000, 2003 Medical Outcomes Trust, Health Assessment Lab, QualityMetric Incorporated and Shunichi Fukuhara. All rights reserved.

SF-36® is a registered trademark of Medical Outcomes Trust.

(SF-36v2 Standard, Japanese)

問9 次にあげるのは、過去1カ月間に、あなたがどのように感じたかについての質問です。
 (ア～ケまでのそれぞれの質問について、一番よくあてはまるものに☑印をつけて下さい)

いつも	ほとんど いつも	ときどき	まれに	ぜんぜん ない
▼	▼	▼	▼	▼

- ア) 元気いっぱいでしたか..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- イ) かなり神経質でしたか..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- ウ) どうにもならないくらい、
気分がおちこんでいましたか..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- エ) おちついていて、
おだやかな気分でしたか..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- オ) 活力(エネルギー)に
あふれていましたか..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- カ) おちこんで、ゆううつな
気分でしたか..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- キ) 疲れはてていましたか..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- ク) 楽しい気分でしたか..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5
- ケ) 疲れを感じましたか..... 1..... 2..... 3..... 4..... 5

問10 過去1カ月間に、友人や親せきを訪ねるなど、人とのつきあいが、身体的あるいは心理的な理由で、時間的にどのくらい妨さまたげられましたか。
 (一番よくあてはまるものに☑印をつけて下さい)

いつも	ほとんど いつも	ときどき	まれに	ぜんぜん ない
▼	▼	▼	▼	▼
<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

SF-36v2™ Health Survey © 1992, 2000, 2003 Medical Outcomes Trust, Health Assessment Lab, QualityMetric Incorporated and Shunichi Fukuhara. All rights reserved.
 SF-36® is a registered trademark of Medical Outcomes Trust.
 (SF-36v2 Standard, Japanese)

問 11 次にあげた各項目はどのくらいあなたにあてはまりますか。(ア～エまでのそれぞれの質問について、一番よくあてはまるものに☑印をつけて下さい)

まったく そのとおり	ほぼ あてはまる	何とも 言えない	ほとんど あてはまら ない	ぜんぜん あてはまら ない
▼	▼	▼	▼	▼

- ア) 私は他の人に比べて病気に
なりやすいと思う 1 2 3 4 5
- イ) 私は、人並みに健康である 1 2 3 4 5
- ウ) 私の健康は、悪くなるような
気がする 1 2 3 4 5
- エ) 私の健康状態は非常に良い 1 2 3 4 5

これでこのアンケートはおわりです。
ご協力ありがとうございました。

身体活動能力質問票(Specific Activity Scale, SAS)

OM

記入日： 20 年 月 日

(太枠の中のみ記入してください。)

あなたの最近 1 週間の症状について教えてください。「少しつらい」、「とてもつらい」はどちらも「つらい」に○をして下さい。この 1 週間にはやっていないけれど「現在の自分の健康状態ではたぶんつらいだろう」と思う場合には、「たぶんつらい」に○を、「たぶん楽にできるだろう」と思う場合は「たぶん楽」に○をして下さい。

1. 静かにベッドで横になっていると楽ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	1MET 以下
2. ひとりで食事や洗面ができますか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	1.6METs
3. トイレでの排便はひとりで楽にできますか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	2METs
4. 着替えは途中で休まずにひとりで楽にできますか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	2METs
5. 立って料理や皿洗いが楽にできますか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	2-3METs
6. 平地をゆっくり歩くこと(時速 3.2km)は楽にできますか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	2.5METs
7. 窓ふきが楽にできますか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	3-4METs
8. 掃除機を使って掃除をするのは楽ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	3.5METs
9. 健康な人の普通の人歩きの速度(時速 4.8km)で平地を 10 分間歩いても平気ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	3.5METs
10. ラジオ体操をしても平気ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	3-4METs
11. 軽い庭いじり(草むしり、熊手で雑草を集めるなど)をしても平気ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	4METs
12. モップを使って床掃除が楽にできますか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	4.2METs
13. 風呂に入って身体を洗ったり拭いたりすることが楽にできますか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	4-5METs
14. 階段を休まずに下りても平気ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	4.5-5.2 METs
15. 健康な人の早足の速度(時速 6km)で急いで 10 分間歩いても平気ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	5-6METs
16. 健康な人と同じ速度で階段を 2 階まで上っても平気ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	5-6METs
17. テニスまたは卓球をしても平気ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	6-7METs
18. ショベルを使って道路の雪かきや、鋤(すき)を使って畑を耕すことが楽にできますか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	7METs
19. 中くらいの速度で泳いでも平気ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	7METs
20. 中くらいの速度(時速 8km)のランニングを 10 分間続けても平気ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	7-8METs
21. なわとび(1 分間に 80 回)を 300 回続けても平気ですか	1.楽 2.たぶん楽 3.たぶんつらい 4.つらい	8METs 以上
施設 ID	患者登録 ID	医師名:
担当医コメント:		

(事務局使用欄)

症状が出現する最小運動量: _____ METs

判断設問項目番号: _____

(厚労科研 H19 - 循環器(生習) - 一般 - 011)

健康調査表(SDS)

0M

記入日： 20 年 月 日

下記の質問をよく読んで、最近のあなたの状態に最もよくあてはまると思われる段階を選び、その欄に○を付けて下さい。なお、必ず太枠内のすべての質問に答えて下さい。

質問	回答				処理欄
	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
1. 気分が沈んで憂うつである	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
2. 一日のうちで朝がもっとも気分がよい	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
3. なんとなく泣きたくなったり、涙を流すことがある	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
4. 夜、眠れないで困る	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
5. 食欲はふつうにある	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
6. 性欲はふつうにある(異性の友人とつきあってみたい)	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
7. 最近やせてきた	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
8. 便秘して困っている	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
9. ふだんより動悸がする(胸がドキドキする)	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
10. 何となく疲れやすい	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
11. 頭の中がすっきりしている(気持ちがさっぱりしている)	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
12. いつもと変わりなく仕事(身のまわりの事)ができる	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
13. 落ち着かず、じっとしていられない	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
14. 将来に希望(楽しみ)がある	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
15. 最近、いつもよりイライラする	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
16. まよわず物事をきめることができる	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
17. 自分は役に立つ人間だと思う	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
18. 今の生活は充実していると思う(今の生活に張りがある)	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
19. 自分が死んだ方が、他の人は楽に暮らせると思う	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	
20. これまで楽しんでやれたことは、今でも楽しめる(今の生活に満足している)	めったにない	ときどき	しばしば	いつも	

施設 ID	患者登録 ID	医師名:	事務局欄
-------	---------	------	------

担当医コメント:

運動の記録

【第1週】

氏名: _____

月/日	/ (月)	/ (火)	/ (水)	/ (木)	/ (金)	/ (土)	/ (日)
運動時間	分	分	分	分	分	分	分
しっかり運動 (早足で歩く以上)の時間	分	分	分	分	分	分	分
1日歩数	歩	歩	歩	歩	歩	歩	歩
ボルグ指数: (息切れ)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)
ボルグ指数: (足の疲れ)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)
脈拍数: 運動前							
脈拍数: 運動中							
血圧: 安静時	/	/	/	/	/	/	/
自覚症状(息切れ・胸痛・どろき・めまいなど)							
コメント							

【第2週】

月/日	/ (月)	/ (火)	/ (水)	/ (木)	/ (金)	/ (土)	/ (日)
運動時間	分	分	分	分	分	分	分
しっかり運動 (早足で歩く以上)の時間	分	分	分	分	分	分	分
1日歩数	歩	歩	歩	歩	歩	歩	歩
ボルグ指数: (息切れ)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)
ボルグ指数: (足の疲れ)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)	/(6~20)
脈拍数: 運動前							
脈拍数: 運動中							
血圧: 安静時	/	/	/	/	/	/	/
自覚症状(息切れ・胸痛・どろき・めまいなど)							
コメント							

(ボルグ指数: 非常に楽=7点, かなり楽=9点, 楽である=11点, ややきつい=13点, きつい=15点, かなりきつい=17点, 非常にきつい=19点)

- 7) 現在のあなたの症状についておたずねします。あてはまるものに1つだけ○をつけて下さい。
- 1) じっとしていても息切れや呼吸困難を感じる。
 - 2) 室内を歩くだけで動悸・息切れ・呼吸困難・胸痛などの症状が生じる。
 - 3) 室内の歩行では症状は起きないが、健康な人と同じ速度で屋外の平地を歩くと動悸・息切れ・呼吸困難・胸痛などの症状を感じる。
 - 4) 平地を歩いても症状は起きないが、健康な人と同じ速度で階段や坂道を登ると動悸・息切れ・呼吸困難・胸痛などの症状を感じる。
 - 5) 健康な人と同じ速度で階段や坂道を登れる。息切れ・動悸・胸痛などの症状は感じない。
- 8) 上記の症状を含めて、現在あなたは何らかの症状を感じますか？ 何をしている時にどのような症状を感じるか、下記に記入して下さい。

[]

次の欄は、不幸にしてご本人様が亡くなられている場合のみ、ご記入下さい。

ご家族(または代理)の方にお尋ねします。

- 9) 死亡の年月日は？ (年 月 日)
- 10) 死亡された場所は？ (ア. 自宅 イ. 病院 ウ. それ以外:)
- 11) 病院の場合、病院の名前は？ ()
- 12) 死亡の原因は何でしたか？
- 1) 突然死 2) 心筋梗塞の再発 3) 心不全 4) 不整脈 5) 脳卒中(脳梗塞・脳出血)
- 6) その他(具体的に…) 7) わからない

- 13) 現在あなたは仕事を持っていますか？その内容を教えてください。
- a) 無職である
 - b) 主婦として家事をしている
 - c) フルタイム(1日8時間以上・週5日以上)の事務作業
 - d) フルタイム(1日8時間以上・週5日以上)の肉体作業
 - e) パート(1日7時間以内または週4日以内)の事務作業
 - f) パート(1日7時間以内または週4日以内)の肉体作業
 - g) それ以外(具体的に)
- 14) 現在あなたは、歩行(通勤も含む)やスポーツなどの積極的な運動をどの程度おこなっていますか？
- a) 歩行: 1日約()分を週に()回
 - b) 1日の歩数: 約()歩
 - c) 歩行以外の運動: 運動の種類()を、1回()分、週に()回
 - d) 1週間の運動回数の合計は? … ()回
 - e) 1週間の運動時間の合計は? … ()時間()分
 - f) 「強い運動」の運動時間は? … 1週間に()時間()分
(「強い運動」とは、早足で歩くより強い、ジョギング・ランニング・水泳などの運動をさします。)
- 15) このほか、当院での診療や心臓リハビリテーションに対してご意見・ご要望があれば、どうぞ遠慮なくご記入下さい。

[]

ご記入が終わりでしたら、返信用封筒に入れてご返送下さい。

ご協力まことにありがとうございました。末筆ながら、皆様のご健康とご多幸をお祈りします。

なお、このアンケート調査についてご質問がある場合は1年前にJ-REHAB 研究にご登録いただいた病院の担当医にお申し出下さい。

(J-REHAB 前向き登録1年後調査)

3. 研究成果発表会(2008年1月)スライド