



我是心衰竭病人， 該選擇哪種復健方式？



佛教大林慈濟醫院

醫病共享決策輔助評估表

(請使用此醫療決策輔助工具與您的醫療照護團隊討論您的選擇)

前言

心臟衰竭疾病，經過藥物治療後仍需配合生活型態調整及心臟復健，進而提升生活品質；合適的心臟復健運動訓練可以改善運動耐力及心臟功能，降低心臟衰竭疾病再次住院；運用本醫病共享決策輔助手冊可以協助您了解不同復健方式的優缺點，再透過與醫療人員充分討論溝通後，一起幫助您選出最適合您的復健方式。

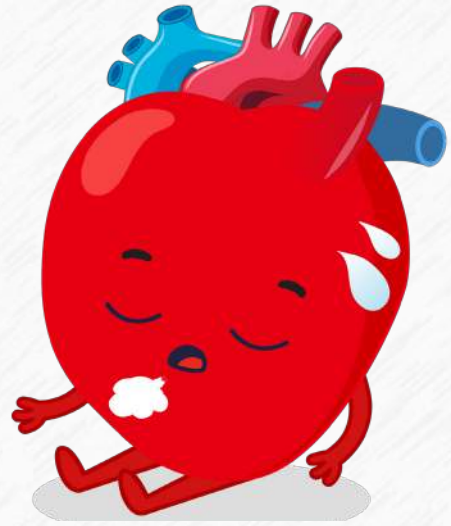
適用對象 / 適用狀況

診斷為心臟衰竭並且有意願復健的病人



什麼是心臟衰竭

心衰竭俗稱「心臟無力」，類似抽水馬達泵浦運轉變差，導致無法提供全身器官足夠的血液循環，造成心臟輸出量不足。



心臟復健的好處

雖然心臟復健過程中需多注意有可能會有暈眩、心律不整等現象，但實證顯示適當的心臟復健運動訓練可以改善日常活動時造成的喘或疲倦等情形，提升生活品質。



什麼是心臟衰竭

◆ 復健科執行心臟復健

復健科醫師依據病況設計運動處方，在復健科執行心臟復健。會安排每周2-3次適合且安全的心臟復健，會執行2-3個月。有物理治療師全程在旁指導復健器材使用，修正復健姿勢並且依病人狀況提升運動強度。也能依據訓練結果協助指導居家復健，建立良好生活型態。

◆ 復健科開立運動處方後行居家心臟復健

配合同日心臟科與復健科門診時段，由復健科醫師評估病況後提供合適的心臟復健運動處方，讓病人回家行居家復健。若有復健相關問題也可以諮詢討論。在熟悉的家中復健較自在，時間彈性，也無交通問題。

◆ 居家行心臟復健

經由衛教師指導心臟復健的大方向，建議適當難易度的運動，讓病人在家且時間彈性，透過自主意識進行訓練，提升日常生活品質。

目前比較想要選擇的復健方式

- 復健科執行心臟復健
- 復健科開立運動處方後行居家心臟復健
- 居家行心臟復健
- 目前還不清楚

請透過以下四個步驟來幫助您做決定

步驟一、比較每個選項的優點、缺點

方案比較	復健科執行 心臟復健	復健科開立運動 處方後行居家心 臟復健	居家行心臟復健
復健場所	醫院	居家	居家
運動時間	一周 2-3次， 一次約60分鐘 預計2-3個月	依運動處方建議 居家復健	依衛教建議 自行復健
費用	1. 交通費 2. 部分健保給 付復健門診 及復健治療 費用	1. 交通費 2. 部分健保給 付單次門診 掛號費	無
全程專業人員監督陪同	有	無	無
復健安全性	佳	低	低
回診次數	需平日時間 固定到院訓練	需單次到院看診	無
復健難易度	視病況調整 復健訓練	復健醫師建議運 動難易度，但無 法即時調整難易 度	住院或門診衛教 基本運動概念執 行

請透過以下四個步驟來幫助您做決定

步驟二、您選擇治療方式的考量，請您圈選下列考量項目？

(1分代表「非常不在意」，5分代表「非常在意」)

考量項目	在意程度					*當您圈選分數越高時，建議您考慮的方案
	非常不在意				非常在意	
復健效果	1	2	3	4	5	· 復健科執行心臟復健
復健安全性	1	2	3	4	5	· 復健科執行心臟復健
時間及地點方便性	1	2	3	4	5	· 復健科開立運動處方後行居家心臟復健 · 居家行心臟復健
病人自主性(主動執行)	1	2	3	4	5	· 復健科開立運動處方後行居家心臟復健 · 居家行心臟復健
費用	1	2	3	4	5	· 居家行心臟復健

步驟三、以上提供的資訊，您對於心臟復健是否了解呢？

1.心臟衰竭復健可以在家復健	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 不確定
2.心臟衰竭居家復健須自主(主動執行)能力強	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 不確定
3.心臟衰竭復健科復健全程有專業人員監督陪同	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 不確定
4.心臟衰竭到復健科復健的效果高	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 不確定
5.心臟衰竭到醫院復健有部分健保給付	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 不確定



步驟四、您決定心臟復健方案了嗎？

我已經確認好想要的心臟復健方式，我決定選擇：（下列擇一）

- 復健科執行心臟復健
- 復健科開立運動處方後行居家心臟復健
- 居家行心臟復健

我目前還無法決定，原因如下：

- 我想要再與我的主治醫師討論我的決定
 - 我想要再與親友討論我的決定
 - 對於以上治療方式，我想要再瞭解更多
- 我的問題有：



製作時間及未來更新說明

1. 本文於112年11月完成，每兩年更新一次。
2. 各醫院提供之治療方案及程序不盡相同，請與您的主治醫師及醫療團隊討論。
3. 本文件無涉及廠商利益。