

	1回目				2回目			
生活指導	正しい, 人	誤り, 人	分からない, 人	正解率, %	正しい, 人	誤り, 人	分からない, 人	正解率, %
問題1. 心不全とは全身へ十分な血液を送り出せない状態である。	95	9	12	81.8	35	3	3	85.3
問題2. 心不全症状には「息苦しさ」や「むくみ」がある。	106	4	6	91.3	40	1	0	97.5
問題3. 心不全になると苦しくなるのは、肺に血液（水分）がたまるためである。	84	13	19	72.4	32	6	3	78
問題4. 心不全では横になると呼吸が苦しくなり、座ると楽になる。	69	24	23	59.4	34	5	2	82.9
問題5. ふとんの上げ下ろしや風呂の掃除は、心臓に負担はかかりにくい。	93	12	11	80.1	34	6	1	82.9
問題6. 塩分制限は1日6g以下が理想であり、塩分過多は心不全を悪化させる。	98	4	14	84.4	39	1	1	95.1
問題7. 血圧が上昇すると心臓に負担がかかるため、血圧管理が必要である。	107	1	8	92.2	40	0	1	97.5
問題8. 心不全の人の入浴は、循環促進のため43°Cの熱いお湯が良い。	92	7	17	79.3	39	1	1	95.1
問題9. “数日で体重が+2kg程度以上増加”は、心不全増悪の症状のひとつであり、早期受診の目安である。	85	12	19	73.2	39	0	2	95.1
問題10. 食事が食べれていない日は、お薬（食前・食後薬など）は飲まなくていい。	100	7	9	86.2	36	1	4	87.8
運動指導								
問題11. 心不全の人は重症度に関係なく適度な運動をした方が良い。	57	47	12	49.1	29	7	5	70.7
問題12. 毎日短時間運動するよりは、休みの日だけ長時間運動した方が良い。	108	4	4	93.1	39	1	1	95.1
問題13. 体重が数日で急に2kg以上増えた場合は、運動量を増やした方が良い。	91	8	17	78.4	33	6	2	80.4
問題14. 心臓リハビリにちょうど良い運動の強さは「楽である～ややきつい」である。	78	18	20	67.2	35	4	2	85.3
問題15. 運動前に準備体操、運動後に整理体操を行う。	104	4	8	89.6	39	1	1	95.1
問題16. 運動は起床後や食後から時間をあけてから行う。	102	6	8	87.9	37	2	2	90.2
問題17. 体調が悪いときは、運動を控えた方が良い。	107	6	3	92.2	36	3	2	87.8
問題18. 心臓への負担が大きい運動は、無酸素運動である。	47	39	30	40.5	28	7	6	68.2
問題19. 筋力訓練を行う時は、息を止めてしっかり力を入れると良い。	67	23	26	57.7	24	8	9	58.5
問題20. 心臓リハビリをすることで、心不全による再入院を予防することができる。	88	7	21	75.8	36	3	2	87.8