

## 土肥・アンダーソンの基準

		運動を行わない ほうがよい場合	次の場合は運動を一時中止 し、回復を待って再開する	途中で運動を中止する場合
脈拍	脈拍数	安静時脈拍数 <b>120bpm/分</b> 以上	①脈拍数が <b>30%</b> を超えた場合 ※2分間の安静で <b>10%以下</b> にもどらぬ場合は、以後の運動は中止する or 極めて軽労作のものにする ②脈拍数が <b>120mmHg/分</b> を超えた場合	運動中、脈拍が <b>140bpm/分</b> を越えた場合
	不整脈	心房細動以外の著しい不整脈	1分間に <b>10回以下</b> の期外収縮が出現した場合	①運動中、1分間 <b>10個以上</b> の期外収縮が出現する ②頻脈性不整脈（心房細動、上室性または心室性頻脈など）が出現した場合 ③徐脈が出現した場合
血圧	収縮期血圧	収縮期血圧 <b>200mmHg</b> 以上		運動中、収縮期血圧 <b>40mmHg以上</b> 上昇した場合
	拡張期血圧	拡張期血圧 <b>120mmHg</b> 以上		運動中、拡張期血圧 <b>20mmHg以上</b> 上昇した場合
呼吸		運動前すでに息切れのあるもの	息切れを訴えた場合	運動中、中等度の呼吸困難などが出現した場合
その他		①労作性狭心症を現在有するもの ②新鮮心筋梗塞1ヶ月以内のもの ③うっ血性心不全の所見の明らかなもの ④運動前すでに動悸のあるもの	軽い動悸を訴えた場合	運動中、めまい、嘔気、狭心痛などが出現した場合