

「心不全」についてご説明します。

体が要求する血液を送り出せないために起こる症状



(図1)心不全の時の症状

体に血液が滞ってしまう「うっ血」によって起こる症状



食欲不振、全身倦怠感、便秘気味、お腹が張ってきた、体重が増えてきた、手足が冷たい感じがする、夜に横になって寝る時に息苦しい、といった症状が出ることもあります(図一)。

これらの症状は徐々に出てくることが多いですが、つい数時間前までは元気で、夜寝ている間に横になっていられず、急激に息が苦しくなることもあります。そういった時は我慢ができません。救急車で来院される方が多いです。

適切に治療しないと生命を落とすことがあります。

どのようように治療するのか? 治ることはあるのか?

利尿薬や降圧薬、抗不整脈薬といった薬剤に加えて、外科的手術、ペースメーカーの植込みが適応になります。さらに最近治療法が進歩し、重症な患者さんには植込み型の補助人工心臓や心臓移植も行つてあります。

どのようように心不全を予防するのか?

心不全の予防は、心臓が悪くならないようにする予防と、いったん心不全を発症した人の再発を予

防する2つの予防があります。

心不全の症状は改善しますが、心不全になる根本的な心臓の病気がある限りは、同じような症状を繰り返すことがあります。塩分や水分の摂りすぎ、風邪やストレス、過労、薬の飲み忘れなどにより症状が悪化し再発することがあります。そして再び適切な治療によって改善しますが、その度に心臓の予備力がだんだんとなくなっていくます。

定義にもある「生命を縮める病気の言葉ですが、これには個人差があり、1年以内に生命の危機がある人から、何十年と普通に生活を送る人まで様々です。我々循環器の専門医なら経験上、大まかに生命予後を予測することができ、がんのように「余命何年」とは説明ができません。ところが、この病気の難しいところでもあります。現段階では心不全で入院したことがある人は、平均で5年間に約半数の人が亡くなってしまうと言われています。

心臓が悪くならないようにする予防には、心臓の働きを悪くさせる要因を除くことが必要で、生活習慣病の改善はとても重要なポイントです。つまり、高血圧、糖尿病、脂質異常症(コレステロールが高いなど)、肥満を防ぐこと、その他、禁煙、減塩、節酒、適切な運動などが重要です。自分の健康状態に十分に注意をして定期的に健康診断を受けること、そして症状が出た時には早めに医療機関を受診して適切な治療を受けることが大事です。実際に診察をしていると、かなり進行した状態で病院を受診する患者さんが多いように思えます。よほど苦しくなったら来院されるくらいなら、もっと早い段階で治療を受けて頂き、少しでも進行を食い止めるのが最善といえます。

会津地域は寒さも厳しく、特有な食文化から塩分や水分の摂取が多い地域と言えます。また高齢者も多く、心不全を発症しやすい方々が多くいらっしゃいます。「生きていく」からこその当たり前働いていると思っている、命の源の「心臓」にもっと目を向けてみませんか?

「心不全」というのは、医学的に厳密に言えば病気の名前ではありません。しかし、分かりやすく理解して頂くため、「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ある」と、日本循環器学会と日本心不全学会が定義しました。我が国の循環器疾患の死亡数は、なかに次いで第2位となっており、なかでも心不全は生命の存続に非常に影響を与えます。皆さんも、「心臓が止まる」「死」のイメージは容易に浮かぶと思います。しかし、心不全の「怖さ」についてはあまり知られていませんので、ここでは「心不全」を説明することで、心臓の病気に

病気が? 心不全の原因となる病気は?

心臓が悪くなる病気とはどういったものがあるか、お分かりですか? 心臓とはそもそも「全身に血液を送り出すポンプの役割」を担っていますが、その機能を発揮できなくなる原因は、いくつもあります。

①心筋梗塞: 心臓を養っている血管が詰まってしまうことで心臓の筋肉へ血液が供給できず、心臓の働きが悪くなってしまいます。多くは急激に発症しますが、自分でも知らないうちに起きている場合

もありです。詳しくは次回、当科中村医師が担当されます「こんにちは診察室です。」をご参照ください。

②心筋症: 心臓の筋肉自体の病気で、心臓の筋肉が厚くなっていく肥大型心筋症や、逆に薄くなっていく心臓が小さくなっていく拡張型心筋症などがあります。

③弁膜症: 心臓の中を血液が流れるときは、一定の方向に流れるようになって狭くなったり、反対に閉まってしまうと、血液が逆流するようになる病気です。

④不整脈: 心臓は一定のリズムで動いていますが、そのリズムが一時的に、あるいは持続的に乱れる病気です。

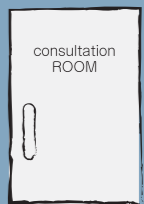
心不全の時の症状は?

心臓の病気ですから「胸が苦しい」とか「動悸がする」という症状は、容易に想像できると思います。しかし、心不全の症状はそれだけではありません。心不全の初期には運動時の息切れ、疲れやすさ、足のむくみといったものがあります。足のむくみは特に膝から下の両足の下腿部前面や足首、足の甲に、指で押した時にくぼみができるようなむくみです。他にも



循環器内科 科長
鈴木 聡
すずき さとし

きょうは循環器内科です



こんにちは診察室です。

「心不全」について

⑤高血圧: 不思議に思うかもしれませんが、生活習慣病として一般的な高血圧も、長かかっている心臓に負担がかかります。普段から血圧をしっかり管理することは非常に重要です。