

狭心症 心筋梗塞

現在日本人の死因の第2位は心臓病が占めており、その多くが虚血性心疾患という名で総称される狭心症や心筋梗塞です。この病気は心臓に血液を供給する冠動脈が動脈硬化により狭窄または閉塞し、心筋に十分な血液が送られなくなるために起こります。動脈硬化には高血圧、高脂血症、糖尿病、肥満、喫煙などが関わっており、虚血性心疾患は生活習慣病の最終段階といっても過言ではありません。虚血性心疾患の恐ろしい点は自覚症状なく冠動脈硬化が進み、ある日突然心臓発作に襲われて死にいたることがあるということです。仮に死を免れても大きな後遺症が起こることもある、非常に怖い病気です。

狭心症の典型的な症状は、激しい胸の痛みですが、特に労作時に起こり、安静にすると改善するという特徴があります。ただし、30分以上持続する強い胸痛がある場合は心筋梗塞を起こしている可能性があるため、できるだけ早く医療機関を受診するようにしましょう。



では実際狭心症や心筋梗塞になってしまったらどんな検査や治療が必要なのでしょうか。当院では、狭心症の疑いのある方に心臓エコー検査、トレッドミル負荷試験や冠動脈CTなどの検査を行います。その結果で特に狭心症の可能性が高い方、心筋梗塞が強く疑われる方に心臓カテーテル検査を行います。カテーテル検査とは直径1mmほどの細い管を血管の中を通し直接冠動脈に造影剤を注入しX線で撮影する検査です。

治療に関しては、血管の状態に応じていくつかの選択肢があります。薬物療法、カテーテル手術、冠動脈バイパス手術などです。それぞれの治療法にはメリットやデメリットがありますから、医師とよく相談して決める必要があります。

ただし、一番大切なことは予防です。禁煙や、食生活習慣の改善(減塩、脂質・糖質制限)適度な運動、または既に高血圧・糖尿病・高脂血症と診断されている方は、適切な治療を受けてできるだけ速やかに目標値に達するようにしましょう。血縁に虚血性疾患の方がいる場合には特に注意が必要です。健康診断などの受診を怠らず早期発見することも非常に重要です。

動脈硬化による疾患は、狭心症・心筋梗塞に限らず脳梗塞や閉塞性動脈硬化症など、全身疾患をもたらします。症状がないからといって安心してはいけません。常日頃から健康的な生活を送るよう心がけましょう。

【関連図書】

からだ情報プラザに
所蔵しています。
どうぞご利用ください。



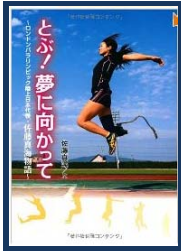
(循環器内科 佐藤真美)

～図書紹介～

新刊図書の一部です。



新 癌についての質問に答える
「コンセンサス癌治療」委員会(へるす出版)
がんに関する質問「514項目」を各領域の
専門医が答える最新情報



とぶ、夢に向かって
佐藤真海(学研)
大好きなスポーツを通し、どこまでも挑戦
しつづける命の輝きがほとばしる物語。



腰痛のない身体介助術
岡田慎一郎(医学書院)
腰痛リスクを劇的に減らす3つの原理と55の
ヒント！



ペコロスの母に会いに行く
岡野雄一(西日本新聞社)
施設に暮らす認知症の母との「可笑しく」
「切ない」日々を綴った感動の
コミックエッセイ。



よくわかるインフルエンザのすべて
河合直樹(医業ジャーナル社)
インフルエンザの基礎から、診断・予防・
治療まで最新知識がわかる



それでもわたしは山に登る
田部井淳子(文藝春秋)
なぜ山に登るのか、登山家として力強く生き
る姿は私たちがさまざまなことを教えてくれ
る一冊です

お勧めの一冊

近頃、朝晩めっきり寒くなってきましたが、風邪などひいてないでしょうか？

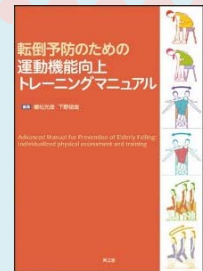
さて、今回は安全に運動し健康増進を図るための指南書を紹介します。

高齢になるにつれ、なぜ歩行中の転倒が増えるのか？その原因と、それを改善するためのトレーニングプログラムが豊富なイラストで分かりやすく

解説されています。転倒の仕方には「すべる」「つまづく」「ふらつく」などの種類があり、これには環境などの外的要因や、筋力低下などの内的要因、さらにはこれらが合わさった複合的要因があるそうです。

本書には、おもに内的要因と、それを改善するための身体機能や具体的なトレーニング法がまとめられています。健康増進を図り、会津の厳しい冬を安全に過ごしてもらうために、ぜひご一読ください。

(リハビリ科 小瀧 晃弘)



【がん相談支援センターからのお知らせ】

毎月1回、患者図書室に於いてがん患者サロン「あづまっぺ」を開催しています。がんにかされた方やご家族がお茶を飲みながらリラックスした中で交流しています。ミニミニ講演も同時開催しています。

参加予約は不要でがん疾患の種類も問いませんので、どうぞお気軽にご参加ください。

☆ミニミニ講演の予定

◇12月24日(火)「アロマ(香り)にふれてみませんか」

◇平成26年1月28日(火)「在宅療養のあれこれ」

「あづまっぺ」が誕生して、1年9カ月が経過しました。参加者は延べ130名で、毎回6～7名の方が参加されています。とても和やかな雰囲気の中で交流していただいております。ミニミニ講演も好評を得ております。がんにかされた方やそのご家族であれば自由に参加できますので、ぜひお立ち寄りください。」

がん相談支援センター 根本