

2007年3月号(第47号)

発行人：曾山 信彦

兵庫県淡路市志筑1391-9

Tel: 0799-62-5566

http://www.h6.dion.ne.jp/~soyama

# ふれあい曾山医院

## 虚血性心疾患

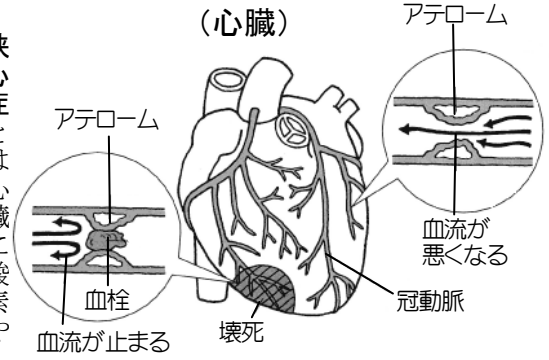
心臓は全身にエネルギーを供給するポンプで、一日に約十萬回、生涯休む事なく動いています。心臓も動きつづけるためにはエネルギーが必要であり、そのエネルギーを供給するのが、冠動脈（冠状動脈）です。

心臓を冠のようにおおっているのをご呼ばれていいます。冬は心臓の冠動脈の内側が狭くなったり詰まったりして起こる虚血性心疾患で倒れる人が増える季節です。

虚血性心疾患とは文字どおり「心臓の血が虚しい」病気で、つまり血の流れが悪くなり心筋の酸素が足りなくなっている状態をいいます。虚血性心疾患で特に多いのが心筋梗塞です。心筋梗塞を防ぐためには、その前段階である狭心症を進行させないことが大切です。



今回の題字は、読者の方にお書きいただきました。



狭心症とは心臓に酸素や栄養を送る冠動脈の内側が狭くなり、一時的に血液不足の状態が起こり胸痛などの症状が現れます。寒い場所では、肌が白くなることがあります。これは、寒さで体温が失われないように血管が収縮するためで、同様に心臓の血管も収縮するため、狭心症や心筋梗塞が起こりやすくなります。特に十二月から三月にかけては、心筋梗塞などで倒れる人が多い時期です。寒さは狭心症の発作の引き金になりやすいだけに、この季節は特に注意が必要です。

### ▼労作時狭心症

坂道を上がったたり、早足で歩いたりなど体を動かしたときに症状が現れるタイプです。その原因には、血管の老化、食生活の乱れ、喫煙、運動不足、ストレスが関係して起こる動脈硬化があります。

### ▼安静時狭心症

運動と関係なく安静時に発作が起こるタイプです。主に冠動脈がけいれんして細くなり、血液の流れが悪くなることで起こり、夜睡眠中に起こりやすいという特徴があります。特に明け方の3時から5時ぐらいに起こりやすく、また朝起きて冷たい空気に当たったときや、冷水で顔を洗ったときなどに起こることもあります。

狭心症には労作時狭心症と安静時狭心症の二つのタイプに分けられます。(左表参照)

狭心症の代表的な症状は、

- ① 胸が締めつけられるような圧迫感を伴う痛み。
- ② 痛む範囲が点ではなく面としてとらえられる。
- ③ 痛むのは胸の中心付近で、痛みは胸だけでなく、あごやのど、左肩、腕、背中、胃、歯、などにも現れることがある。

これらの痛みは数分から十五分程度で治まるのが一般的です。

痛みが、十五分以上長く続くような場合は心筋梗塞が疑われます。

心筋梗塞とは、冠動脈の動脈硬化が進行して血栓(血のかたまり)によって冠動脈の内側が閉塞し、閉塞部より先の心筋に血液が流れなくなり、心筋細胞が死んでしまう状態(壊死)のことをいいます。症状としては、何の前触れもなく、胸の中央、または左胸部に、

- ① 重苦しい強い痛み。
- ② 焼け付くような激しい痛み。

これらの痛みが三十分以上

長く続く。また痛みが治まっても再び発作が起こるときは心臓の血管が詰まりかけていることもあります。発作を起す回数が増えたり、起こす間隔が短くなったときは危険性が高いという警告です。

狭心症の発作を抑え、心筋梗塞を防ぐには、その危険因子である生活習慣病(高血圧、糖尿病、高脂血症)を治療し、喫煙や運動不足などの生活習慣を改善することが大切です。

定期的に医療機関を受診し心電図検査、心臓超音波検査、血液生化学検査を受け、狭心症が見つかったらきちんと治療を受けることが重要です。

高齢者では処方された薬剤が正しく服用されていないか、症状が非典型的で心不全など重篤な合併症に至ることがあるので早期の受診と迅速な治療が必要です。

(看護師 丸橋節子)