

# 心臓病の症状と治療

心臓病の多くは簡単な検査でみつかります。

心臓病の代表的な症状は3つ、胸痛、息苦しさ、動悸です。心当たりのある人は、まず病院で心電図、心エコー検査などの簡単な検査を、そして必要なら冠動脈CTを受けることをお勧めします。

杉村 洋一 ● 河北総合病院院長・入退院センター長



すぎむら よういち 氏

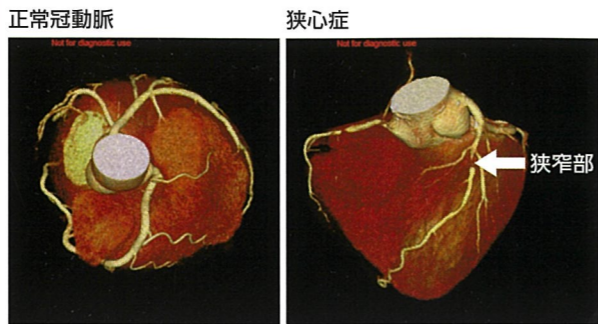
《主な専門分野》  
冠動脈インターベンション  
日本循環器学会専門医  
日本内科学会指導医  
日本内科学会総合内科専門医  
日本心臓血管インターベンション治療学会指導医・専門医  
身体障害者福祉法指定医(心臓)

## 胸痛

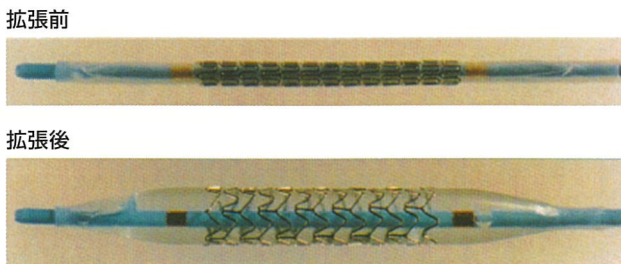
胸痛を生じる代表的な心臓病は狭心症と急性心筋梗塞です。

狭心症とは心臓に栄養を送る冠動脈と呼ばれる血管が狭くなり、心臓に栄養が流れにくくなるために起こる発作です。急いで歩いたり重いものを持ったときに、前胸部がしめつけられるような痛みが起きます。人によってはのどからあご、奥歯までしめつけられることもあります。静かにしていると、多くの場合痛みは数分でおさまります。このような症状があった場合は、冠動脈を調べる検査が必要になります。外来で冠動脈を調べるには冠動脈CTが有用です。冠動脈CTは造影剤を点滴しながらトンネルをくぐって写真を撮影する検査で、図①のように冠動脈の状態が良くわかります。検査のリスクはほとんどありません。

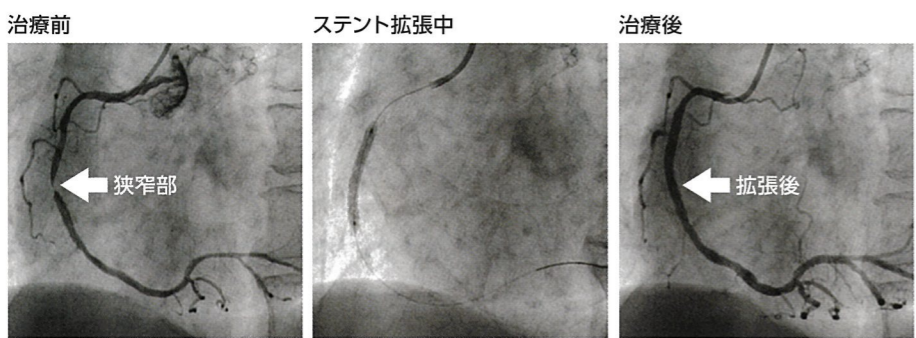
図① 冠動脈CT



図② 冠動脈ステント



図③ 狭心症のカテーテル治療



脳梗塞が起こってしまうことです。心房の中でよどんだ血液が固まり、その固まり(血栓)が脳の血管を閉塞させてしまうのです。心房細動の人は血栓を予防するために血液サラサラの薬を飲む必要があります。ただし血液サラサラの薬は出血しやすくなる薬でもあるので、医師とよく相談して飲む必要

なが、ごくまれに造影剤でアレルギーショックを起こすことがあります。不整脈がある人には不向きな検査なので相談が必要です。冠動脈に狭窄があることがわかったら、カテーテル治療で狭窄を治すことができます。カテーテルとは直径2ミリ程度の細い管のことです、手首を局所麻酔して血管の中に挿入して心臓まで進めます。狭窄部位がわかったら先端に風船のついたカテーテルを狭窄部まで進め、風船に乗せたステントと呼ばれる金属製の筒を狭窄部にはめ込み狭窄を解除します(図②)③。治療時間は約1時間で、3〜4日の入院で心臓を治すことができます。狭窄があるのを気づかないでいると、ある日突然急性心筋梗塞を発症して命を落としてしまうこともあるので、早めに検査を受けることをお勧めします。心筋梗塞は何の前ぶれもなくいきなり前胸部痛で発症することも多

## 息苦しさ

い病気で、発作を起こしてからカテーテルで冠動脈を治すまでの時間が90分以内だと救命率が上がるので、今までに経験したことのないような前胸部痛、圧迫感が生じたら迷わず救急車を呼んでください。都内には当院を含めて79のCCUネットワーク加盟病院があります。これらの病院は24時間いつでも心臓カテーテル治療ができる病院です。救急隊はかならずネットワーク病院に運んでくれるはずですよ。

## 動悸

心臓の働きが弱り心不全を起こすと息が苦しくなります。軽いうちは急いで歩いたり無理をしたときにハアハアと息切れがしますが、重症だと少ししゃべったり服を着替えただけでも苦しくなります。心不全はいろいろな心臓病で心臓の働きが弱った人に起こります。簡単な検査(心電図、胸部レントゲン、心臓エコー検査など)で診断

不整脈が起こると動悸などの症状が現れます。不整脈にはピンからキリまであり、心配のない不整脈もたくさんあります。ここでは一番大事な不整脈である心房細動について説明します。心房細動は一種の心臓の老化現象でもあり、年齢とともに心房細動を起こす人が増えていき高齢者の10%近くが起こすと言われています。心房細動の怖いところは、心房細動が原因で重症の

があります。また心房細動を止めるカテーテル治療(カテーテルアブレーション)もあります。80歳ぐらいまでの人が適応となります。心房細動に

なってきたら期間があまり長いと治しにくくなってしまいますので、心房細動と診断されたらぜひ早めに一度病院で相談ください。

## ヘルスな話 リハビリ体操 — 手と脳の体操 —

指先の働きをよくすれば脳を活性化することができます。指先は普段から動かしてはいますが、慣れた動きでは活性化はされません。指先の運動では『両手を同時に動かすこと』『素早く動かすこと』が大切であると言われていいます。そこで今回、認知症防止、脳トレーニングのために手の運動を紹介いたします。ぜひ挑戦してみてください。

### ① 指のストレッチ

親指を除く4本の指をもう一方の手で伸ばします。その後、親指を伸ばします。1セット30秒ずつおこなひましょう。



### ② グーパー運動

指を曲げて拳をつくり、しっかりと握ります。その後、力いっぱい指を広げます。10回×3セットずつおこなひましょう。



### ③ 指回し運動

指の関節は伸ばさず、両手でドームを作ります。指同士がぶつからないように30秒間回します。全ての指でおこなひましょう。



### ④ 一人じゃんけん

右手と左手を使って一人じゃんけんをします。左が「負け」右が「勝ち」になるようにします。5回×2セットずつおこなひましょう。



※無理をせず、優しく、少ない回数から始めてください。一回に多くおこなう必要はありません。できる限り継続しましょう。