

健康と病気の  
豆知識



## 大切な心臓のお話

臨床工学科 臨床工学技士 宮井 <sup>あつほ</sup> 純歩

皆さんは日本人の死因ランキングをご存じでしょうか？日本人の死因は1位悪性新生物（がん）、2位心疾患、3位老衰となっています。今回は2位の心疾患から狭心症と心筋梗塞、またその心疾患に関する検査と治療についてお話ししたいと思います。

心臓には冠動脈（心臓を動かすために酸素と栄養を送る血管）が右に1本、左に2本の計3本あります。この冠動脈の一部が細くなっていたり詰まりかかっていたりしている状態のことを狭心症、完全に詰まっている状態のことを心筋梗塞といいます。

狭心症は心臓への血液の供給が少なくなることで数十秒から数分の間、胸の中心からみぞおちにかけての胸痛が出現します。また放散痛という痛みが左肩、左腕、あごなどに起こる場合もありますが、この痛みは人それぞれであるため、軽く考えがちな傾向があります。さらに心筋梗塞は狭心症と同様の症状に加え、胸痛が30分以上続く場合もあります。

狭心症や心筋梗塞になる原因として動脈硬化が挙げられます。動脈硬化は加齢とともに進行することもあります。糖尿病や高脂血症、高血圧、腎臓病、飲酒、喫煙といった生活習慣病も大きく関係しています。飲酒や喫煙をしていなくても肥満の方は若くして発症する場合もあるため、食事バランスや塩分摂取量、カロリーなど日々の食生活を意識することは予防法の一つ

になります。また、寒い冬場には近年話題になっているヒートショック現象（急激な温度変化により血圧が急変する現象）も要因となってしまうので、トイレや脱衣所を温かくすることも予防となります。

心疾患の症状があった場合の「血管をみる検査」は手首、ひじ、足の付け根の動脈から直径約2mmの細い管（カテーテル）を冠動脈まで挿入し、造影剤を注入して血管を映し出し、細いところがないかを確認します。もし細いところがあった場合は「血管を広げる治療」を行います。この血管を広げる治療は、先端が風船状（バルーン）になっているカテーテルを細くなっている血管部分まで挿入しバルーンを膨らませて血管を押し広げる方法と、網目状の筒（ステント）をバルーンで押し広げた部分に留置する方法があります。

心疾患の予防は日頃の生活習慣や気温の変化に気をつけることはもちろんですが、定期的に健康診断を受けることも早期発見につながります。少しでも胸部に違和感があつたり、心配なことがありましたら受診してみてください。

<治療前>



<治療後>



## 3月の救急医療機関

	外科休日当番医 (8:30～翌 8:30)	歯科休日当番医 (9:00～12:00)	電話番号	住所
1日(日)	市立病院	木村きよし歯科	0164-23-3886	深川市4条14-6
8日(日)	市立病院	フジタ歯科医院	0125-24-8211	滝川市朝日町東4丁目1-4
15日(日)	滝川脳神経外科	若葉台病院	0125-75-2266	滝川市江部乙町1452-1
20日(金)	市立病院	グリーン歯科クリニック	0125-54-3434	砂川市西3条北4丁目1-15
22日(日)	市立病院	秩父別歯科診療所	0164-33-2420	秩父別町1548
29日(日)	滝川脳神経外科	コスモデンタルクリニック	0125-23-3630	滝川市大町3丁目4-16

※市立病院…Tel 22-4311/ 大町2丁目2-34 滝川脳神経外科…Tel 22-0250/ 西町1丁目2-5  
休日の内科・小児科の診療は市立病院で受け付けます(8:30～翌 8:30)。

平日の時間外診療の協力医療機関については当番病院案内ダイヤル(Tel 22-2299)でお知らせします。