

# 胸の痛み長く続くときはすぐ119番

## 湯浅町で和歌山病院第3回市民公開講座

### ♥心臓病のおはなし

国立病院機構和歌山病院(楠山良雄院長)の第3回市民公開講座が先月29日、湯浅町総合センターで開かれた。今回のテーマは心臓病で、同病院の豊田康誠診療部長が心臓疾患の中で最も多い虚血性心疾患の症状、原因、治療法、予防法などを解説。心筋梗塞は治療法の進歩に伴い、病院到着後の死亡率は低下傾向にあるものの、病院到着前の死亡率には変化がなく、「胸の痛みが長く続くときはかかりつけの開業医はだめ。迷わず119番で大きな病院へ」、早期受診の重要性を強調した。

日本人の主な死因別死亡数の割合(平成20年度)は、悪性新生物(がん)が30%で最も多く、次いで心疾患が15.0%。うち心臓病は右肩上がりの増加を続けており、心臓病については動物性たんぱく質など油っこい料理が多い食生活の欧米化、それに伴う高脂血症や肥満、生活習慣病の増加が大きく関係している。

虚血性心疾患のメカニズムや症状、治療法を説明する豊田部長



狭心症は、この動脈硬化で血液が流れる道が狭くなって起こる病気で、胸を圧迫されるような痛みや息苦しさを、吐き気、肩や背中の凝りを感じ、5分から15分ほど安静にしていれば痛みが治まる。治療は薬で血管を開いたり、血をかたまりにくくしたり、風船(バルーン)やステント(血管を

### 血流ある狭心症は比較的予後がよい

動脈があり、この重要な血管の内側の壁にプラークというコレステロールや脂質が蓄積したかたまりができ、血液の流れが悪くなって、ある日突然、狭心症や心筋梗塞という病気を起こす。

Living Health

●金曜特集 くらしと健康のページ●

豊田部長が症状や治療法説明

豊田部長が症状や治療法説明

昔は病院到着後の死亡率が30%と高かった心筋梗塞も、CCU(冠動脈疾患用集中治療室)の普及と再灌流療法(再灌流療法)でできた血管の血流を再開させ、壊死に陥る心筋の範囲を減らすことができた(図)。

依然として高い病院到着前死亡率

このページは毎週金曜日付の12頁に掲載します。ご意見、ご感想は、〒644-0011、和歌山県御坊市湯川町財部604、日高新聞社編集部「くらしと健康」の係まで。ファクスは0738・23・2112、電子メールはsimpo@axel.ocn.ne.jp

禁煙は期間が長ければ長いほど、狭心症や心筋梗塞になる病気のリスクは低くなる。川崎さんは「禁煙は病気の予防や治療にとても有効です。また、たばこの煙は、たばこを吸わない周りの人も健康を損なうことになるので、家族にたばこを吸う人がいる場合は家外で吸ってもらうなどしてください」と話した。

一方の心筋梗塞は、弱いながらも血流がある狭心症とは違い、血管が詰まって血液が流れなくなってしまうため、胸の中央、または左側に鉛のかたまりをのせたような重苦しい強い痛みが30分以上続くのが特徴。酸欠と栄養不足から心筋の一部が壊死してしまふ。この状態が続くと心臓は収縮機能が低下し、血液を全身に送ることができなくなり、心不全となる。このため、心筋梗塞の場合は一刻も早く血液の流れを再開させるための治療が重要になる。胸の痛みが起きてから6時間以内に詰まった血管の血流を再開(再灌流療法)できれば、壊死に陥る心筋の範囲を減らすことができていく(図)。

今回の市民公開講座では、副看護師長の川崎洋子さんも「生活習慣病予防 あなたは大丈夫?」と題して講演。生活習慣病の要因、日常生活の改善策などについて話をした。

病は、自覚症状がないまま進行するのが最も怖いところ。予防は、禁煙、食生活、運動など日々の生活を見直し、続けることが重要。たばこはがんや肺の病気の影響だけでなく、ニコチンや酸化炭素により狭心症や心筋梗塞を引き起こすこともある。また、血管が傷ついたら、血栓ができやすくなり、善玉コレステロールの減少、悪玉コレステロールの増加によって動脈硬化につながるという。

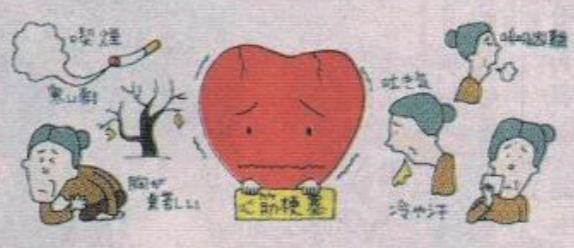


生活習慣病の予防について話を川崎さん

### 生活習慣病 大丈夫?

#### 川崎副看護師長も講演

「先に開業医はだめ」豊田部長は「心筋梗塞で胸の痛みが15分以上続く場合、できるだけ早く119番通報で病院へ行くことが何より重要。救急車よりかかりつけの開業医というのはぜひたいにだめ。すぐに119番で救急隊に来てほしい。救急隊が来るまでに意識をなくした場合は心臓マッサージ、AEDの使用も救命率向上につながる」と話した。



内側から支える網目状の金属の筒)を狭くなった部分にセットするカテーテル治療があり、「医師の指示をよく聞いて、再発防止のために正しい生活すれば、予後は比較的よい」という。

心筋梗塞は血管詰まり細胞が壊死