

# 第 42 回 生活習慣病教室

## 「知っておきたい 狭心症・心筋梗塞」

■日 時：平成 26 年 1 月 21 日（火） 14 時半～15 時半

■場 所：牛久愛和総合病院 B 館 2 階大ホール

■講 師：循環器科 山崎 明 医師

### ◆心臓の働き

心臓は全身に血液（酸素と栄養素）を送り出すポンプの役割をします。また、全身から戻ってきた酸素の足りない血液を肺に送る役割もします。

### ◆虚血性心疾患とは

心臓の筋肉（心筋）に酸素や栄養を運んでいる冠動脈が狭くなったり詰まったりすることにより、その先の心筋が酸素不足に陥る病気。心筋梗塞と狭心症が代表的な疾患です。

狭心症 → 心臓の窒息

血管内が狭くなることで心筋に十分な血液を送り込めなくなった時に、心筋が虚血状態になり胸が痛くなります。安静にすると改善し、通常は長くても 10 分程度で長時間続くことはありません。

突然締め付けられるような重苦しさで、圧迫感がある痛み。

ニトログリセリン使用後 2～3 分で効果がある。

心筋梗塞 → 心臓の窒息死

血管内が極端に狭くなり動脈硬化などの何らかの要因によって、血管内に血栓ができてしまい、血液の流量が下がり心筋が虚血状態になり心筋が壊死する状態のことです。胸痛は安静しても改善せず、長時間（15 分以上）持続する。また、数時間続くこともある。

吐き気や冷や汗をかき、胸を締め付けられるような激しい痛み。

ニトログリセリンの効果はなし。

### ◆心筋梗塞の怖いところ

- 前触れが無く突然発症することが多い
- 発症してから短時間で心停止に至ることがある（2～3 割）
- 病院で治療を行ったとしても、死に至ってしまう場合がある（1 割）
- 治療後 1 年以内に合併症で、死に至ってしまう場合がある（1 割）

### ◆虚血性心疾患の検査

#### 心電図

横になり安静にした状態で測定する検査ですので、必ずしも心電図に異常を示すとは限りません。

#### 心エコー検査

高周波の超音波を心臓部に当て心臓の動きを調べます。心筋梗塞をはじめとする心疾患の診断に行います。

#### 運動負荷心電図検査

マスター 2 段階法・自転車エルゴメーター法・トレッドミル法などの検査方法があり労作狭心

症の診断に有効です。冠攣縮性狭心症や心筋梗塞の前触れは発見できません。

### ホルター心電図

24 時間連続で心電図のモニターをつけます。日常生活の中で起こる異常心電図を発見する事ができますが、24 時間内に異常が現れない場合は発見できません。

### 冠動脈 CT 検査

CT 検査で冠動脈の狭窄や閉塞の評価が出来ます。動脈硬化が進行して、石灰化（カルシウム）が強い方は不向きです。不整脈がある方もきれいに撮影できない場合があります。

### 心臓カテーテル検査（冠動脈造影）

冠動脈の血流の状態や狭窄部位を細い管（カテーテル）を用いて行う検査です。

## ◆動脈硬化の危険因子

1. 加齢（男性 45 歳以上、女性 55 歳以上）
2. 冠動脈疾患の家族歴
3. 喫煙習慣
4. 高血圧
5. 肥満
6. 耐糖能異常（境界型および糖尿病型）
7. 高コレステロール血症
8. 高トリグリセライド血症
9. 低 HDL コレステロール血症
10. メタボリックシンドローム
11. 精神的、肉体的ストレス

このような冠危険因子が重なると、虚血性疾患の発症率が上がります。生活習慣の改善に努めましょう。

## ◆虚血性心疾患の治療

- 生活習慣の改善
- 薬物療法・・・お薬でコントロールができれば手術には至りません。  
心筋梗塞の予防、血流改善、心臓の負担を軽減、動脈硬化を進めないといった薬物療法があります。コレステロールを徹底的に下げると動脈硬化は改善します。
- 手術・・・カテーテル治療、バイパス手術

### カテーテル治療（PCI）

細い管（カテーテル）の中から狭い所に針金（ガイドワイヤー）を通し、風船（バルーン）を入れて膨らまし、血栓により狭窄・閉塞した部分の血管を元の幅に広げる方法です。通常では特殊な網目状の金属（ステント）を血管内に留置し広げた状態を保持し再狭窄を防ぎます。

### 冠動脈バイパス手術

殆どがカテーテル治療で治せるので、冠動脈バイパス手術を行う人は 1 割以下です。カテーテル治療が不適切な方は手術を行います。適応としては、冠動脈の根元に近い部分に狭い箇所がある人や何カ所にも狭い箇所がある人です。狭い部分の先に他の場所から血管を持ってきて繋げる手術です。胸を開き全身麻酔の大きな手術ですので、短くても 2 週間以上の入院が必要です。命に関わる危険性もカテーテル治療よりも高いです。

胸の痛みを感じたらしばらく安静と思わず、すぐに救急車を呼びましょう。狭心症や心筋梗塞を起こしている事もあり、一刻を争いますので、自家用車で病院に向かうよりも救急車を呼ぶことで病院側も緊急時に備えた対応ができます。

[過去の「生活習慣病教室」はこちら](#)