

ご自由にお持ちください

社会医療法人大雄会 広報誌

つながる医療

大雄会の専門家に
聞いてみよう！

心不全

について



総合大雄会病院 副院長

てらさわ あきひろ
寺沢 彰浩



心不全

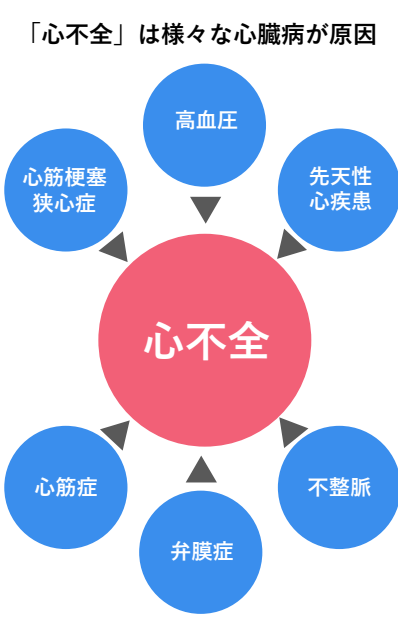
日本の循環器疾患の死亡数はがんについて第2位です。その約40%は「心不全」によるものとされています。今後さらなる高齢化社会を迎えようとしている中、心不全による入院数や死亡率は増加の一途をたどっています。そんな怖い病気「心不全」について、総合大雄会病院の寺沢彰浩医師が解説します。

心不全とはどんな病気ですか？

心臓は、24時間休まず、酸素や栄養分を含む血液を全身へ送り出すポンプの役割を果たしています。心不全は、“心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気”です。その原因、症状、重症度は、患者さんによつて様々です。

心不全の原因はなんですか？

様々な心臓病が原因で心不全になります。心臓へ血液を送る血管(冠動脈)が詰まる心筋梗塞や狭心症、高血圧、心臓には血液を一方方向に流れるよう弁があります。その弁が障害される弁膜症、心拍動が異常となる不整脈、心臓の筋肉自体が障害される心筋症などがあります。



「心不全」は様々な心臓病が原因

心不全になるとどんな症状がでますか？

初期に見られる症状は運動時の息切れや、両足のむくみです。心不全になると心臓は体に必要な血液を送れなくなります。そのため、階段を登ったり、動いた時に息切れがするようになります。疲れやすくなることもあります。また、腎臓への血液の流れが低下して、体に水分がたまり、足の甲やすねあたりがむくんだりします。さらに進行すると体の中で血流のうっ滞がひどくなり、安静時でも息苦しくなったり、苦しくて横になれない起坐呼吸※の状態になることもあります。息切れやむくみが出現するようでしたら、お近くの医療機関、かかりつけ医にご相談されることをお勧めします。

心不全の検査、診断はどのようになされますか？

患者さんのお話を聞いて身体診察を行います。次の検査をいくつか組み合わせを行います。心不全の有無、心不全の病状や程度(重症度)、原因となる心疾患を診断し、最適な治療を検討します。
胸部X線検査 ▼ 心臓の大きさや、肺やその周囲の水分の貯留(肺水腫、胸水)の状態を調べます。
心電図 ▼ 心不全の原因となる心臓病や不整脈を調べます。
血液検査 ▼ 心不全の有無、程度判定で重要となるBNP(脳性ナトリウム利尿ペプチド)の濃度測定をします。
心臓カテーテル検査 ▼ 手首や足の付け根の血管からカテーテルという細い管を心臓に入れて検査します。心臓の働きを直接測定したり、心臓へ血液を送る冠動脈に異常がないか調べます。また、直接心臓の筋肉を少量採取する“心筋生検”を行うこともあります。得られた心筋の異常を調べ詳細に評価します。

心不全はどのように治療するのですか？

① 心不全そのものに対する治療
まずは心不全そのものに対する薬物療法を行います。安静にしてください。心臓の負担を軽くし心臓の働きを回復させるよう、心臓を休める薬を用います。患者さんの状態に合わせて、いくつかの薬を調整します。外来通院で行う場合と、症状が重い場合などは入院して治療を行います。

② 心不全を発症または悪化させた要因に対する治療
感染症や貧血など、心不全を「発症させた」または「悪化させた」要因があれば、合わせて治療します。

③ 心不全の原因となる心臓病の治療
心不全の原因となる心臓病が確定し治療法がある場合は、その治療を行います。

例えば、心筋梗塞や狭心症ならば、詰まったり狭くなった冠動脈に対するカテーテル治療(経皮的冠動脈形成術)や冠動脈バイパス手術が行われます。弁膜症ならば、手術による弁形成術や人工弁置換術が有効です。不整脈であれば、薬物療法のほかカテーテルによる治療(カテーテルアブレーション)が効果的な場合があります。心筋症など心臓の筋肉自体が障害された心不全では、薬物療法が中心となります。心臓再同期療法というペースメーカーによる治療が有効な場合があります。改善しない場合には、補助人工心臓や心臓移植が必要となる場合もあります。一概に心不全と言っても患者さんそれぞれ病状は異なります。

心不全の予防

心不全の原因となる「心臓病」にかからないことです。心臓病の危険因子である高血圧、糖尿病、肥満に対する予防、生活習慣の改善、治療。これらの要因に加え、動脈硬化の危険因子でもある脂質異常症(高コレステロール血症など)、喫煙、運動不足に対する管理が重要です。また、心筋梗塞などの心臓病にかかっても、生活習慣改善や薬物療法により、心不全を発症させないようにしなければなりません。

適切な血圧の管理を行う
肥満を是正し、糖尿病や脂質異常症があれば治療やコントロールを行う
禁煙する
多量飲酒を避ける
適切な運動療法を行う

(JACC日本心臓リハビリテーション学会ホームページより引用)

※起坐呼吸：からだを横にすると、重力のために下半身にたまっていた血液が急に心臓にもどり、肺うっ血が強くなるため呼吸が困難になる。それに対して、体を起こして座ると心臓に戻る血液量が減り、心臓への負荷が軽減することで呼吸が楽になる状態を指す。

心不全の増悪、進行予防

心不全を発症した後も、心不全の予防に加え、毎日の体調管理(「心不全手帳※」を用いた自己管理)、増悪の早期発見、適切な薬物療法、生活習慣の改善により、心不全の進行を遅らせることができます。

心肺運動負荷試験(CPX)に基づいた運動療法や多職種(栄養士や薬剤師、看護師など)チームによる生活習慣の改善を行う心臓リハビリテーションが、生活の質を改善し心不全の発症予防、進行予防に有効であることが示されています。詳しくはかかりつけ医または循環器内科のある医療機関に相談ください。

※『心不全手帳』は、「日本心不全学会」ホームページより、ダウンロードして入手できます。



心不全の予防に加えて

- ・決められた塩分や水分量をしっかりと守る
- ・きちんと受診をして薬の飲み忘れをしない
- ・体に無理のないゆとりとした生活を送る
- ・禁煙する
- ・うがいや手洗い、マスクなどの感染症の予防やワクチン接種などを行う
- ・血圧や体重を測定し、自分の体の状態を管理する

(「JACR日本心臓リハビリテーション学会」ホームページより引用)



【監修】
総合大雄会病院
副院長

てらさわ あきひろ
寺沢 彰浩

医学博士

〈主な資格〉

日本内科学会 総合内科専門医
日本循環器学会 循環器専門医

〈主な専門領域〉

虚血性心疾患、心不全の診療、循環器救急

施設紹介

総合大雄会病院
〒491-8551 一宮市桜1丁目9番9号
☎0586-72-1211(代)

大雄会クリニック
〒491-8551 一宮市大江1丁目3番2号
☎0586-72-1211(代)

大雄会第一病院
〒491-8551 一宮市羽衣一丁目6番12号
☎0586-72-1211(代) / 健診センター ☎0586-26-2008(直通)

大雄会ルーセントクリニック
〒451-6003 名古屋市区西半島町6番1号
名古屋ルーセントタワー3F ルーセント・ウェルネスセンター内
健診センター(フリーコール) ☎0800-500-1211 / 外来 ☎052-569-6031(代)



YouTube
はこちら



Facebook
はこちら



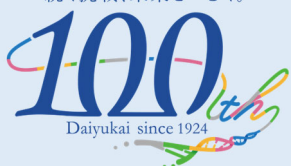
Instagram
はこちら



大雄会
HPはこちら



続く挑戦、未来をつむぐ。



社会医療法人
大雄会

だいゆうかい

検索

企画・発行：社会医療法人大雄会 広報課

☎ 0586-24-2565 ☒ pr1@daiyukai.or.jp