

# 健康だより

## 心不全

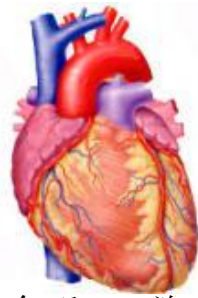
No.77(H27.1)

発行  
竹山病院

「心不全」ってご存知ですか？

普段、テレビのニュースや新聞で「心不全」という言葉を聞いたことはありませんか？

「心不全」はその病状や原因の性質から、医療現場でよく耳にする言葉です。しかし、普段の臨床現場において「心不全」という言葉は、患者様やご家族に理解していただくために十分な説明が必要な言葉です。な



ぜなら、患者様とご家族の「心不全」に対する理解が、その治療に大きく結びついてくるからです。そこで今回は「心不全」についてご紹介させていただきます。

### 心不全とは？

そもそも心臓とは、栄養と酸素をのせた血液を体中の臓器に送り出し、さらにそれら臓器から老廃物をのせた血液を回収する働きをする、言わばポンプの働きを持つ臓器です。心臓は心筋という筋肉から成り、収縮と拡張を一定のリズムで繰り返すことで

絶えず動き続けている臓器です。この重要なポンプの機能が、様々な原因で弱くなってしまう状態が「心不全」です。心不全とは、原因となる様々な病気によって引き起こされる状態のことを呼びます。

### 心不全の原因は？

心不全の原因となる病気には、「狭心症・心筋梗塞」といった心臓を栄養する血管が細くなる、または詰まってしまいう病気や、心臓の拍動のリズムが乱れる「不整脈」、心臓内の血流を一方方向に保つ弁に障害が起こる「弁膜症」、心臓を動かしている心筋の機能が低下する「心筋症」、心臓の構造に生まれつき異常のある「先天性心疾患」などの心臓自体の障害と、「高血圧」、「貧血」、「呼吸器疾患」、「甲状腺疾患」などの心臓以外の臓器の障害も含まれます。つまり、上に挙げたような病気が進行し、心臓のポンプの機能が低下した結果起こる状態が「心不全」です。

### 心不全の症状は？

心不全ではまず、体が必要とする栄養や酸素を運ぶ血液が心臓から送り出しにくくなるため、呼吸苦、疲労感・だるさ、食欲低下などの症状が出現します。さらに、不要な老廃物などをのせた血液が回収されにくくなるため、浮腫みや体重増加などの症状が出現します。心不全が進行すると突然、

不整脈が生じたりすることもあります。  
**心不全の診断は？**

診察、採血、心電図、レントゲン、超音波などの所見から複合的に評価して診断します。「心不全」と診断されたことがきっかけで心不全の原因となった病気が見つかることが多く、入院治療と並行して様々な検査をすることで原因を特定していきます。

### 心不全の治療は？

軽症であれば内服の利尿剤や降圧剤で外来通院していただくこともありませんが、呼吸苦や不整脈などが出現している場合は入院治療が必要な場合が多いです。入院中に治療と並行して検査を進め、原因となった病気に対する治療も行っていきます。

### 心不全の経過は？

一度低下してしまった心臓の機能は、原因となる病気には寄りますが、多くの場合劇的に改善することが難しいのが現状です。心臓を様々な方向から支える薬によって低下してしまった心臓の機能と患者さん自身との間でバランスをとっていくことが必要となります。さらに、感染症や疲労・ストレスといったことで心不全は容易に悪化することがあります。つまり、心不全は進行を予防することが重要となります。原因となった病気に対する根本的な治療や、定期的な通院、内服の継続に加え、禁煙や運

動、食生活などの生活習慣を見直すことで心不全の進行を予防することができず。一度、「心不全」と診断されてしまった方も、病状によってはそれまでと同じような生活を送ることも可能です。

ご紹介しましたように、「心不全」とはその概念をつかむことから理解が始まり、原因検索や治療経過を踏まえることで次第に理解が進んでいく言葉です。もちろん、多くのおみなさんが経験されることではありませんが、原因となるような病気をもちの方はぜひ気に留めておいていただきたい言葉と考えております。

寺本 佳楠子（てらもと かなこ）

聖マリアンナ医科大学循環器所屬。

専門は心臓超音波。診察日は毎週水曜日午後です。

## 健康診断について

皆様は最近健康診断をいつ受けましたか？会社にお勤めの方は、健康診断が定期的にあるので特に気にされなくて受けているはずですが、自営業の方などはご自分で『受けよう』と思わない限り中々健康診断は受けられていないのが現実ではないでしょうか。

健康診断を受けなければ思っているもののくらのペースで受けるのか？費用は？検査の内容は？・・・等 実際分からないことが多くて受ける前に尻込みしてしまう方も少なく無いと思います。

そこで今回は、自治体が行っている『特定健診』についてお話をさせて頂きます。

特定健診とは、国民健康保険に加入している40歳～74歳までの方を対象にした健康診断です。まず該当の方には年に1度保険組合より受診券が郵送されてきます。受診券が届きましたら、受診する日を決め病院で受診の予約を取って下さい。（病院によっては予約が必要ない所もありますので一度確認して下さい。）毎年、自分の誕生日に受診するなど決めておくと忘れることがないでしょう。

また、受診券には自己負担金額が記載されていますので事前に確認して下さい。自己負担金は人によって異なりますが、1,200円か400円のどちらかです。

健診の前は、10時間以上食事を抜いた状態で検査を受けて頂くのが理想です。

健診当日は、受診券、健康保険証、あれば診察券を持参して下さい。

検査内容は、身長・体重・血圧などの測定、尿検査、血液検査、医師の問診で所要時間は病院の混み具合によって変わりますが

1時間半～2時間をみて頂ければよろしいかと思えます。検査結果は1週間後には出ておりますので、再度来院して頂き医師から結果の報告を致します。特に異常が見つからなければ当日の費用は発生しません。

以上が、特定健診の流れになります。定期的に行って頂く健診ですので、体に負担が掛かるレントゲン等の項目は含まれておりません。ご希望であれば自費で行うことも可能ですが、まずは医師に必要なを尋ねて頂くことをおすすめします。

特定健診の対象外の方で、自費で健康診断はちよつと・・・と思われる方は是非献血をおすすめします。それは、献血後に血液から得られた数値を自宅へ郵送してくれるからです。健診とかわらない項目の数値がわかるので、数値を見ながら自分で生活習慣病予防に取り組めます。しかし、数値が異常値であった場合は病院での診察をお願いいたします。

ここには記載しませんが、当院では前立腺がん・大腸がん健診も行っております。

費用も1,000円以内で受診が可能です。対象年齢等の規定のありますので、詳しくは窓口係員へご相談下さい。

（医事課 古閑 祐介）