



2024 年

保健便り

11 月号



心疾患とは？

心疾患とは**虚血性心疾患**や**不整脈**、**心臓弁膜症**、**心不全**などの心臓の病気の総称で、何らかの原因によって心臓の動きに異常が起きる病気です。日本全国で約 300 万人の患者さんがいると言われています。

●虚血性心疾患

心臓の筋肉に酸素と栄養を運んでいる血管を**冠動脈**と呼びます。この冠動脈が詰まったり狭まったりすることで発症する**狭心症**や**心筋梗塞**を合わせて**虚血性心疾患**と呼びます。症状として、胸痛や胸の圧迫感などの他、腕や肩、歯の痛みと感ずることもあります。動脈硬化が一因のため、食生活や生活習慣を改善することが予防に繋がります。

●不整脈

心臓の拍動リズムが乱れ、不規則になったり、速くなったり、遅くなったりする状態を**不整脈**といい、動悸や胸の不快感、息苦しさ、めまいなどの症状が起こります。

●心臓弁膜症

私たち人間の心臓は 4 つの部屋に分かれていて、それぞれの部屋「弁」でつないでいます。加齢や病気などにより弁の開きが悪くなると血液の通り道が細くなり、弁が上手く閉じなくなると血液の逆流が起こります。症状としては、**息切れ**や**胸の痛み**、**動悸**などが現れますが、高齢者の場合年齢のせいと思い自覚症状がない場合もあるので注意が必要です。

●心不全

心不全とは心臓のポンプ機能が低下し、全身に十分な血液が送り出せなくなった状態です。虚血性心疾患や不整脈、心臓弁膜症などのいろいろな病気が原因で起こります。初期症状としては**息切れ**や**足のむくみ**があり、進行すると**安静にしているでも息苦しさ**や**疲れやすさ**などの症状が出ます。慢性心不全では病状がゆっくり進行し徐々に身体機能が低下します。

心疾患は冬に多く発症する傾向があります。命に関わることもあるため、不安な症状があればこの機会に循環器内科などの専門医を受診しましょう。