

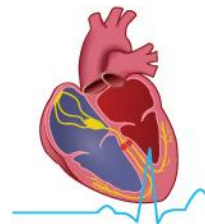
健康 わんだーらんど Wonder Land



健康増進センター広報誌『健康ワンダーランド』です。今回は“不整脈”について取りあげてみました。

“不整脈”について

循環器内科 部長 中尾 功二郎



●不整脈とは

「私には不整脈がある」「健康診断で不整脈と言われた」など、不整脈をお持ちの患者さんは少なからずいらっしゃいます。実際、脈が飛ぶ、脈が極端に遅い、脈が極端に速い、脈が乱れているなど、これらすべてが不整脈として表現されます。したがって、不整脈という言葉自体はほとんどの方々が耳にしたことがあると思われます。しかし大切なことは、一口に不整脈と言っても、ピンからキリまであることです。つまり、全く治療を必要としない不整脈から、突然死に至る不整脈まで、さまざまな種類があります。以下、代表的な不整脈について概説したいと思います。

【期外収縮】

ほとんどが無症状であり、しばしば健康診断での心電図検査で指摘されます。また、自分で脈をとった時や、自動血圧計で血圧を測定した時などに、一拍だけ脈が飛んで気づかれる方も多いでしょう。一度は医療機関を受診の上、他に心疾患が隠れていないかチェックしてもらった方が無難でしょう。

その上で、特に症状も強くなければ、無治療でいいでしょう。



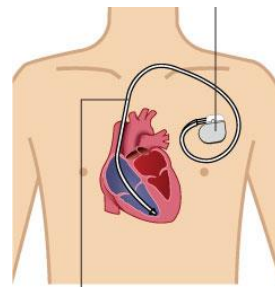
【洞不全症候群】

脈拍数が遅くなる不整脈の代表例です。一般に心拍数が50/分以下の場合、洞不全症候群が疑われます。ただ、脈が遅いだけで特に症状のない方はほとんど心配いりません。しかし、終日脈が遅く全身の血の巡りが悪くなることによって、疲れやすくなったり、息切れが早くなったりする心不全症状が現れることがあります。また、急に心臓が数秒間止まることによって、ふらついたり、目の前が真っ暗になったりする脳虚血症状が現れることもあります。このような場合にはペースメーカーの植込みを検討する必要があります。最寄りの循環器内科を受診してよく調べてもらいましょう。

心臓ペースメーカーを体の中に植込みます

【房室ブロック】

心臓の中で、心房と心室をつなぐ電線(刺激伝導系)に異常をきたした状態です。軽症の状態は、健康診断での心電図検査でもしばしば認められますが、特に心配はいりません。しかし、電線が完全に切れてしまえば完全房室ブロックと言われる状態になります。すると、先ほどの心不全症状や脳虚血症状を伴うことが多くなり、ペースメーカーの植込みが必要となります。



導線を心臓内に留置します

心臓ペースメーカーについて

【心房細動】

人口の高齢化に伴い、現在顕著に増加している不整脈です。最近の研究によると、すでに我が国では100万人に達するような勢いです。基本的には脈が完全にばらばらに打つ不整脈です。自分で脈をとった時や、自動血圧計で血圧を測定した時などに完全に不規則な状況であれば、この不整脈の可能性が高いでしょう。無症状であれば健康診断で初めて指摘されることもあります。一方、急に脈がばらばらに打ち始めると強い動悸を感じる方もおられます。この不整脈自体に対しては数多くの治療薬があります。ひとつひとつ試したり、複数のお薬を組み合わせたりしていくこととなりますが、お薬に頼らない治療方法としてカテーテルアブレーション治療(図1)もあります。したがって、最適な治療を患者さんとともに模索する必要があります。一方、半身不随をきたすような大きな脳梗塞をもたらすことがあり、むしろ、このような合併症を引き起こす不整脈として、心房細動という言葉を目にする機会が多いかも知れません。著名人が患い話題になることもたびたびです。このため、必要に応じてその予防薬である抗凝固薬が処方されます。近年は、納豆やクロレラ摂取が制限されていたワルファリンに代わり、ほとんど制限のない薬剤も使用できるようになりました。

【心房粗動】

前述の心房細動に似たような不整脈ですが、ある程度脈拍の規則性を持った不整脈です。さらに、心房細動に比較してカテーテルアブレーション治療(図1)がかなり有効で、高い確率で完全に治すこともできます。

【発作性上室頻拍】

普段どうもないのに突然早鐘がなるような動悸発作が出現します。そして、数分から数時間で嘘のように突然治まるのが特徴的です。動悸発作時の心電図がkeyになりますので、速やかに医療機関を受診しましょう。以前はお薬による治療が主体でした。しかし、お薬を飲むと言うことは、副作用の心配や実際の効果を検討する必要もあります。また、生涯にわたって飲み続けることになるという苦痛や内服中の妊娠授乳も問題になります。一方、最近ではカテーテルアブレーション治療(図1)によって、高い確率で完全に治すことができるようになりました。このため、お薬より先にカテーテルアブレーション治療(図1)を希望される方も多くいらっしゃいます。気になる症状があれば最寄りの循環器内科の専門の先生にご相談ください。

【心室頻拍】

心臓の持病のない方にみられることもありますが、多くの場合、心筋梗塞や心筋症などさまざまな基礎疾患をお持ちの患者さんにも出現します。動悸のみを感じるかたもいらっしゃいますが、中には意識を失いかねないような重篤な状態になってしまう方もおられます。治療にはお薬、カテーテルアブレーション治療(図1)および植込み型除細動器(図2)など様々な方法を組み合わせながら考えていく必要があります。循環器内科専門医とよく話し合いながら最適な治療を検討してください。もちろん、持病の心臓病自体の治療も並行して行っていきます。

カテーテルアブレーションの適応と手技に関するガイドライン(2012)

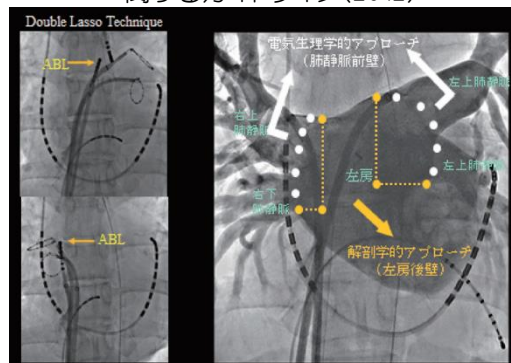


図1. カテーテルアブレーション



図2. 植込み型除細動器

【心室細動】

最重症の不整脈のひとつで、命にかかわる不整脈の代表例でもあります。数分以内の電気ショックが必要な状態です。近年、AED(自動体外式除細動器)(図3)が、様々な公共施設等に設置されてきており、実際に目にしたことのある方も多いのではないのでしょうか。まさに、これによる治療が必要になります。実際、このAEDの普及に伴い、蘇生されて救急搬送される方も増えてきました。入院後は様々な原因検索を要しますが、最終的には植込み型除細動器(図2)が必要になることがほとんどです。



図3. 自動体外式除細動器(AED)を用いた電気ショック

●最後に

さまざまな不整脈を取り上げましたが、実際にはそれ以外にもあります。また、24時間心電図を記録してみれば多少なりとも何らかの不整脈が見つかることはたびたびです。したがって、大切なことは、不整脈があるということより、どのような不整脈があるのか正しく把握することです。



思い当たる節のある方は、循環器の専門の先生を訪ね、的確な診断をしてもらいましょう。一方、昨今のストレス社会は、不整脈には大敵です。飲酒も大きな要因になります。不整脈に限るわけではありませんが、規則正しい生活が重要であることはみなさんご存知のとおりです。その上で、毎年の健康診断は必ず受診し、心電図検査を受けましょう。また、自宅で血圧を測定される方も多くおられますが、そのとき脈が飛んだり、不規則な音が鳴ったりした場合、無症状であっても一度医療機関で診察してもらった方がいいでしょう。自分で時々脈をとってみることもお勧めします。さらに、最近の患者さんは複数の医療機関にかかっておられる方も多く、必然的に内服薬も多くなってきます。特に、思いがけない薬剤によって不整脈が生じる場合もあります。不整脈を主訴に医療機関を受診する際にはお薬手帳も必ず持参されてください。



人間ドックのご予約について

現在、人間ドックのご予約につきまして、インターネットの当施設ホームページからの利用が可能となっています。右下のQRコードをご登録してアクセスいただければと思います。受診日程と内容につきましては、こちらから折り返し確認のお電話をさせていただきます。

例年、健診が混み合い、ご希望の日にご予約をお取りすることが出来ないことがありご迷惑をお掛けすることがございます。

春先の4月、5月は健診を受診される方が比較的少ない傾向にありますので、是非お早めにご連絡をお願いいたします。

<http://www.hakujujikai.or.jp/chuo/health/contact/index.html>



地域・職域出張講演について

- 2016/10/7 電源開発株式会社 労働衛生週間講話 担当：中尾 治彦 センター長（医師）
『がん検診の動向について』 於：松浦火力発電所（松浦市）
- 2016/11/30 職場の健康づくり応援事業に係る講師派遣 担当：田口 久美子（保健師）
『職場におけるメンタルヘルス』 於：増山建設（平戸市生月町）
- 2016/12/17 壱岐市特定保健指導研修会 担当：深井 絵美（保健師）
『当センターにおける特定保健指導の実施について』 於：壱岐病院（壱岐市）

健康増進センター 診察担当医

	月	火	水	木	金
午前診察	常勤医： 非常勤医：	中尾・寺園・本多・永尾 北村・唐田			
午後診察	※ 毎日3～4名の医師が担当いたします				
乳がん検診	佐々木	大坪	佐々木	碓	大石
婦人科検診	石丸	石丸	石丸	石丸	石丸

健診に関するご予約・お問い合わせについて

☆健診をご希望の方は、**完全予約制**になっておりますので、健康増進センター窓口にお越し
いただくかお電話でのご予約をお願い致します。

○お問い合わせ時間

月～金曜日 9:00～12:00 13:00～16:00

○休診日 土・日曜日、祝日 8月14日～15日（夏季） 12月30日～1月3日（年末年始）

【健康増進センター直通】

電話番号 (0956)33-5335

FAX番号 (0956)33-5336

メールアドレス sch-kenkoh@hakujujikai.or.jp

*ただし、メールでのお申し込みは受け付けておりません。

編集後記

明けましておめでとうございます。本年も、地域・職域の方々の疾病予防と健康づくり
機関として、皆さまのお手伝いができればと職員一同、気持ちを新たにしています。

広報誌「健康ワンダーランド」につきましても、皆様に少しでもお役に立つ
情報を発信できるよう取り組んでまいります。

引き続き、ご愛読のほど宜しくお願いいたします。

次回発行日は、本年4月を予定しています。どうぞご期待ください。

