



虚血性心疾患

冬場に増加 ご用心を

明けましておめでとぅございませう。この季節は、寒さに加え年末年始の宴会、鍋料理、おせち料理、おもちの食べ過ぎ、運動不足などで、みなさんの血圧、コレステロール値、血糖値、体重が増えがちです。そんなときには虚血性心疾患がこっそりと忍び寄っているかもしれません。

心臓は筋肉(心筋)でできており、その心筋に栄養や酸素を送るための血管は、冠動脈と呼ばれます。この血管が動脈硬化やけいれん、血の塊(血栓)などで狭まり、心筋に十分な血液が行き渡らず、心筋が酸素不足状態になることを心筋虚血といい、それによっておこる病気が虚血性心疾患です。狭心症と心筋梗塞(こうそく)が代表的なものです。狭心症と心筋梗塞の大きな違いは、心筋が回復するかどうかで、狭心症は、心筋が死なず回復するのに対して、心筋梗塞では心筋が死んでしまい回復しません。心臓が虚血状態になると、胸が苦しくなって痛みや絞めつけられるような症状が表れます。狭心症では

数分から10分程度、心筋梗塞なら30分以上続きます。痛みは胸から肩、腕へ放散することもあります。

狭心症は発作の起こり方によって、運動や動作をしたときの労作性に起こる安静狭心症に分かれます。また、発作がいつもと変わりのない安定狭心症とパターンの変化しな不安定狭心症があります。不安定狭心症は心筋梗塞に移行する可能性もあり、心筋梗塞とともに急性冠症候群とも呼ばれています。(1)新たに起こったもの、(2)胸痛発作の回数、強さ、持続時間が増したり、軽い労作で起こったもの、(3)安静時に起こったものを不安定狭心症として区別しています。これらの変化は重要です。思い当たればすぐ医師に相談してください。日ごろから冠危険因子脂質異常症、高血圧、糖尿病、喫煙、肥満などの管理に努めましよう。