



おしえて！
 めんま院長
 ～心臓病と動脈硬化、生活習慣病～



循環器内科ってどんな病気をみるところ？

- 心臓と血管の病気を専門に診療する内科です
- 心臓病は狭心症や心筋梗塞、不整脈、心不全、弁膜症などが有名です。
- 血管の病気といえば高血圧が有名ですが、動脈硬化で足の血管がつまる閉塞性動脈硬化症や、血管にこぶができる大動脈瘤、血管に亀裂が入る大動脈解離、血栓によって肺の血管がつまる肺塞栓(エコ/ミークラス症候群)など多彩です。

だニャ





心臓病の症状やサインにはどんなものがあるの？

●胸痛：心筋梗塞では持続する圧迫感、締め付け感などが有名で救急車を呼ばなければいけないこともあります。狭心症では労作に伴って、5分程度の胸部圧迫感を感じたりします。

●息切れ：階段をのぼるとこれまでより息が切れる…など歳のせいだと思っていたものが実は病気だった！なんてこともあります。心不全では夜中に寝ていて息が苦しくなることがあります。

だニャ



心臓病の症状やサインにはどんなものがあるの？

●動悸：緊張すればだれでもドキドキしますが、とくに誘因もなくドキッとしたり、ドキドキがはじまることがあればそれは不整脈かもしれません。

●意識消失、めまい：これらは頭の病気を連想されがちですが、心臓から頭に血液が流れなくなり引き起こされることもあります。不整脈や弁膜症でこのような症状が起こることがあります。

だニャ





心臓病の症状やサインにはどんなものがあるの？

●**血圧が高い**: 高血圧は脳卒中になるイメージが強いですが、**心筋梗塞**や**心不全**などの命に関わる病気の**リスク**としても有名です。血圧を下げるだけでなんとなく感じていた**息切れ**や**動悸**がよくなる可能性があります。

●**心電図異常**: 健診などで心電図の異常をいわれて**心臓病**が見つかることもあります。早期の心臓病であったり、**糖尿病**などがあることで**症状**が出にくくなっていることもあります。

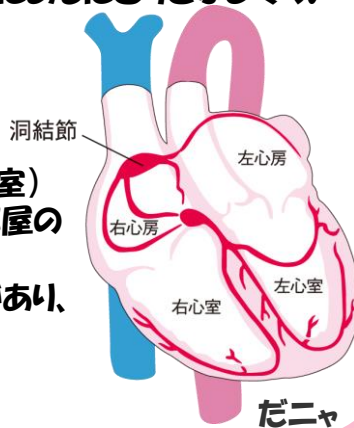
だニャ



心臓のしくみについて教えて！

●心臓は胸の中央からやや左側にあるにぎりこぶしくらいの大きさの臓器です。

●心臓は**4つの部屋**（左心房、左心室、右心房、右心室）に分かれています。それぞれの部屋の入り口の出口には**弁**（僧帽弁、大動脈弁、三尖弁、肺動脈弁）があり、血液の逆流を防止しています。

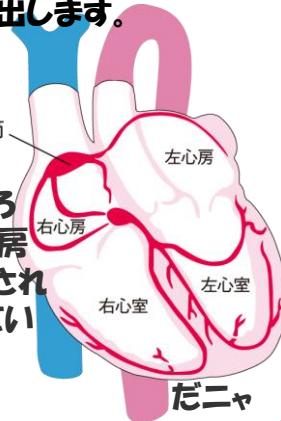




心臓のしくみについて教えて②！

●心臓は心筋という筋肉でできていてポンプの働きをして全身に血液を送り出します。

●肺で酸素を取り込んだ血液は左心房を通過して左心室から全身に送り出されます。酸素と栄養をいろいろな臓器、脳、手足に渡した血液は右心房にかえってきて右心室から肺へ送りだされまた酸素を取り込んで左心房へ流れていきます。

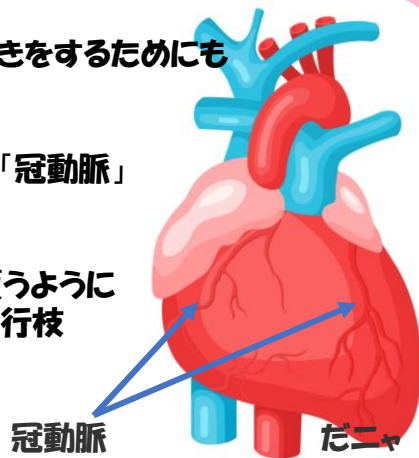


冠動脈について教えて！

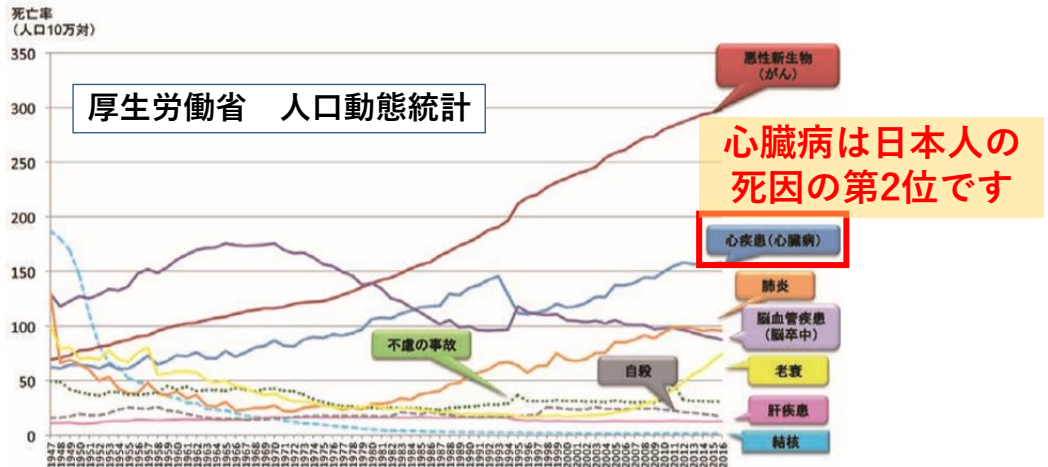
●心臓は自分がポンプの働きをするためにも酸素が必要です。

●心筋に血液を送る血管を「冠動脈」といいます

●冠動脈は心臓を表面を覆うように3本走行しています(左前下行枝、左回旋枝、右冠動脈)



とってもこわい心臓病



90歳以上では心臓病が死因の第1位、女性は85歳から第1位と
高齢になればなるほど多くの方が心臓病で亡くなります

出典:『人口動態統計(1947~2016年)』

内科・循環器内科
みつまクリニック



動脈硬化ってなに？

- 動脈は心臓から送り出される血液を全身に運ぶ血管です。酸素や栄養素を運ぶ重要な役割をもっています。
- 普段はゴムのように弾力のある動脈が硬くなって土管のようになってくる状態のことです。内側にフлакがついたり血管壁が傷ついて血栓が生じたりして血管がつまりやすくなります。
- 加齢による老化や様々な危険因子によって起こります。

だニャ



内科・循環器内科
みつまクリニック

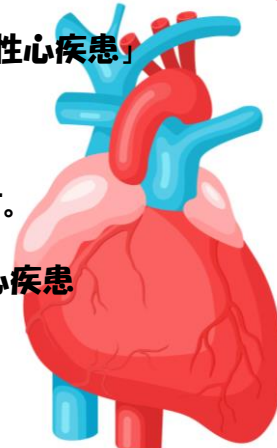


冠動脈の動脈硬化が狭心症・心筋梗塞の原因！

●狭心症、心筋梗塞をまとめて「虚血性心疾患」といいます

●冠動脈の動脈硬化が原因で心筋に血液が十分にいきわたらない病気です。

●心臓病による死亡の多くは虚血性心疾患が原因です。
動脈硬化が気づかぬうちに進行しある日突然死にいたるような発作を起こすことがあります。



だニャ

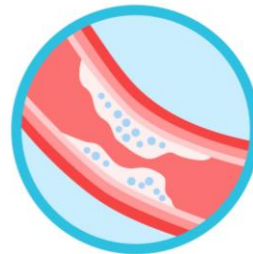


動脈硬化の危険因子について教えて？

●動脈硬化の危険因子はたくさんありますが、特に

高血圧
脂質異常症(特にコレステロール)
糖尿病
肥満
喫煙

が有名です。



だニャ





生活習慣病が動脈硬化に関係するってきいたけど…

●生活習慣病は「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患群」と定義されます。

高血圧
糖尿病
脂質異常症
肥満症
高尿酸血症(痛風)
虚血性心疾患などの心臓病
慢性閉塞性肺疾患(COPD)
歯周病
アルコール性肝障害

動脈硬化に関係するのは明らかですね！

