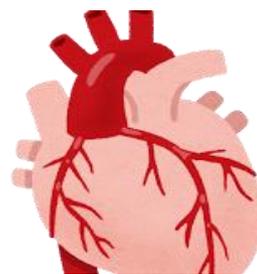


急性心筋梗塞：その病態と予防法

平成 29 年 2 月放送

音羽 勘一

寒暖の差が大きいこの時期には、心臓や脳など血管と関係した病気が増えることが広く知られています。急に寒い空気に触れると血管の収縮が起こり、必要な場所に必要な量の血液が行き渡らなくなるのが原因です。今回はこの季節に増える、とても怖い病気、急性心筋梗塞について、その原因や症状、予防方法についてお話しします。



心臓は全身に血液を送るエンジンの役割をしています。エンジンを動かすためにはガソリンが必要ですが、心臓を動かすためには、酸素を沢山含んだ血液が必要です。心臓に栄養を供給する血液は、心臓を取り囲んでいる血管、これを冠動脈といいます。この冠動脈を通り心臓の隅々まで運ばれます。心筋梗塞は、この冠動脈が詰まってしまい、心臓の筋肉に血液が流れなくなることで起こる病気です。どうして冠動脈が詰まるかというと、冠動脈に動脈硬化が起こるからです。動脈硬化とは血管の錆のようなものです。水道管の中に錆びができるように、水の流れが悪くなり、いつの日か詰まってしまいます。それと同じように血液を送る動脈が錆びると、血液の流れが悪くなり、時には錆びの部分にゴミが溜まって詰まってしまいます。血流の流れが途絶えると、心臓に血液が供給されず、心臓の筋肉が死んでしまいます。これが心筋梗塞の病態です。心筋梗塞を起こすと、急に心臓のエンジンとしての働きが悪くなることで、血圧が低下したり、突然死をきたすような怖い不整脈を起こすことがあります。

心筋梗塞が起こると、胸全体が締め付けられるような感じが 30 分以上続きま

す。冷や汗や吐き気を伴い、顔色が悪くなります。心筋梗塞の痛みは、胸だけではなく、みぞおちや首、両手や肩、下顎から歯の方まで痛くなることもあります。このような症状が有れば、すぐに救急車を呼んで下さい。私達は、心筋梗塞と診断したら、詰まった血管を風船で広げる治療を行います。いわゆるカテーテル治療です。お聞き頂いている皆さんの中には、ご存知の方もいるかもしれませんが、まず、直径が2~3mmのカテーテルというストローのようなチューブを使って、閉塞した血管を特定します。その後、ゴムの詰まった血管に風船を持ち込んで、詰まった部分を直接拡張します。詰まりが解消され、血液が流れるようになったら急性期の治療は終了です。その後は、再発防止のための薬物治療やリハビリテーションを受けて頂きます。

心筋梗塞は、高血圧、糖尿病、高コレステロール血症などの生活習慣病のある方に起こりやすい病気です。それから、男性は女性よりも動脈硬化が進みやすく、心筋梗塞も男性の方に多く発症します。また、喫煙は動脈硬化を進行させ、さらに血管の収縮を誘発して心筋梗塞を発症しやすくします。

心筋梗塞予防で大切なことは、日々の健康管理です。定期的に健康診断を受け、高血圧、糖尿病、高コレステロール血症と診断された方は、症状が無くても治療を受けてください。喫煙は動脈硬化だけでなく、沢山の病気の原因になりますので、禁煙するように務めましょう。この時期に注意していただきたいのは急激な気温変化です。寒い夜の外出は適当な防寒衣をつけ、運動は、やや気温が上がった時間帯を選び、自分の体力に合わせて無理をしないようにして下さい。家庭内では、トイレや風呂場の脱衣所を暖かくした方がよいでしょう。心配事があれば、かかり付けの先生に気軽に相談してみてください。