



愛知三の丸クリニック だより

第17号

(平成31年3月)

健康トピックス

大動脈弁閉鎖不全 ⑪

愛知三の丸クリニック 副院長 飯田 将人

3月に入ると寒さがやわらぎ、コート1枚で風をよけながら歩くことができるようになりました。道沿いに早咲きの桜が並び、あちこちから集まった人たちがゆっくりと散歩を楽しんでいます。

その日は日差しが暖かく、朝方に春の雨が降った直後で、庭の樹々がゆるやかに風にそよいでいるのが、診察室の窓越しにわかります。花粉症の患者さんが数人続いたかと思うと、小柄な78歳の女性のNさんが、静かに診察室へ入ってきました。灰色の髪を丁寧にまとめて、細い体つきに薄いグレーの上着と白い丸首のセーターを着ていました。

「どうされましたか？」

「この頃血圧がなんだか上がりましてね、おまけに坂道を歩くと胸が苦しくなりますの」Nさんは穏やかで品の良い口調で話しました。

血圧は170/90で、聴診すると柔らかい音色の心雑音が聴こえました。心電図はT波異常といって、高血圧の患者さんに多い心臓の軽い障害を示していました。この5年くらい血圧は140/90前後でしたが、自覚がないため様子を見ていたところ、急に180くらいまで上がるようになったそうです。

「栄に書道の教室があるので、毎週火曜日に地下鉄に乗りますが、階段を昇ると胸が重く感じます。動悸もあるようです。」

そのように語るNさんの顔色は鈍く黒ずんでいて、つやがありませんでした。



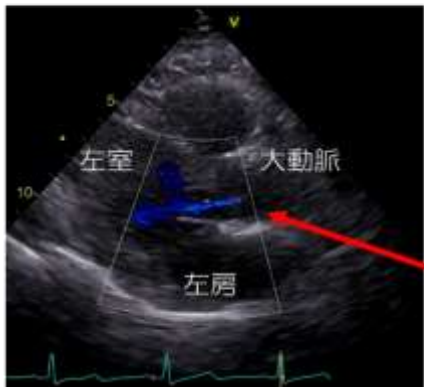
胸部レントゲン写真では軽度の心拡大がありますが、肺には異常がなく肺活量も正常でした。採血ではLDLコレステロール(悪玉)の値が170とかなり高く、糖尿病はありませんが、クレアチニンという腎機能の検査が軽度の異常を示していました。

Nさんは冷静な口調で、「若いころからコレステロールの値が高いので、一度、薬もすすめられたのですが、なんとなく怖いのと、なるべく薬には頼りたくないと思って、食事に気を付けていたのですが、下がらないですね。」

私は N さんの症状と検査結果から心不全を疑い、心エコーをみてみました。心エコーでは図のように心臓の出口の大動脈弁がコレステロールの沈着により変形して、その間隙から血液が逆流していることがわかりました。これは大動脈弁閉鎖不全という弁膜症の一つで、血液が逆流する分、余分に血液を送り出す必要があるため、無理をしたときに十分に血液が送れなくなり心不全を起こすことがあります。

大動脈弁を側面からみた心エコー図

大動脈弁を正面からみた心エコー図



弁は3枚あり、先端に脂質が沈着して硬く肥厚している

大動脈弁の中央から細い糸状の逆流血液



頸動脈にもコレステロールが沈着してプラークを形成しており、高度の動脈硬化がうかがわれました。コレステロールは全身の血管に沈着して動脈硬化をおこし、血液が流れにくくなります。これも心不全の原因になります。

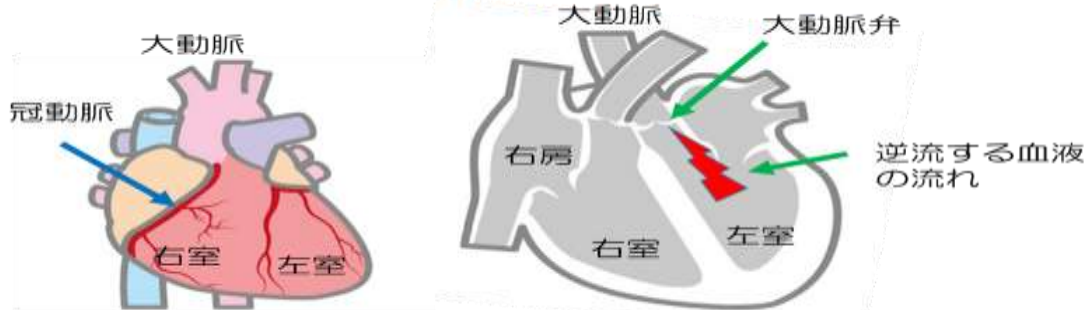
私は、N さんにカルシウム拮抗薬という、血管を拡張させて血圧を下げる降圧薬と、心臓に血液を送る冠動脈を拡張させるニトログリセリンのテープ剤を処方しました。

数日後、診察室を N さんが血圧手帳を持参して訪れました。顔色はつやのあるピンク色になっていました。血圧は 140 から 130 まで低下して、それだけでは歩くのがまだつらかったためニトログリセリンのテープを胸に貼って書道教室に出かけたところ、地下鉄の階段も楽に登れたそうです。

階段で胸が苦しくなりニトログリセリンが症状に効いたことから、狭心症の恐れもあるかと思い、私は検査のできる病院に連絡して、造影剤を点滴して冠動脈を撮影する CT を依頼しました。冠動脈にも軽度でコレステロールが沈着した病変があったため、そこでもコレステロールを下げる必要を指摘されましたが、N さんは薬を飲むことにためらっていませんでした。

CT 検査の後で、N さんに娘さんが付き添って来院されました。娘さんは N さんによく似た顔立ちで振る舞いも丁寧で落ち着いていましたが、少し心配気味の様子でした。

大動脈弁閉鎖不全の模式図



- 大動脈弁が変形するか大動脈が拡張すると、大動脈弁にすき間ができて、左室方向へ血液が逆流します。
- 普通に必要とされる分（一回70ml）に加えて、逆流する血液の分（一回20から30ml）も含めて心臓が血液を送り出すため負荷が増えます。
- 大きな負荷が数年以上持続すると、心臓の機能が低下して心不全を起こします。不整脈を起こすこともあります。
- 冠動脈は心臓に血液を供給します

「母の病気は弁膜症と言われましたが、テレビで弁膜症というと手術のイメージがあって、怖い病気のような気がしますが」

大動脈弁閉鎖不全は、欧米の調査結果によると 65 歳を越えた人たちの 20% 前後にみられるとされ珍しくはありません。高血圧や高脂血症があるとその割合は高くなりますが、大半は軽症で手術に至るのはわずかの人はです。原因は正確にはまだ不明ですが、コレステロールが大動脈弁に沈着して硬くなって変形することで、弁に隙間ができる場合が多く、N さんのように高齢で高血圧と高脂血症を併せ持つ人によく見られます。全身の血管にもコレステロールが沈着して動脈硬化をおこしていることが多く、血圧が高いと硬い血管を血液が流れにくくなるため、血流が滞って心不全を生じます。

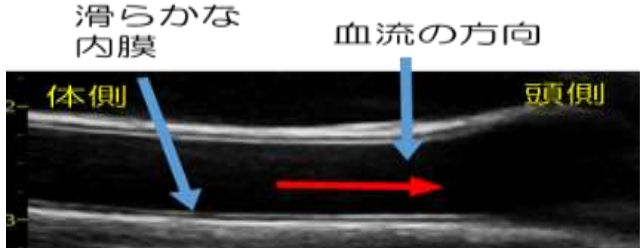
娘さんは真剣な表情でメモを取っていましたが、ふと思いついたように

「そういえば私もコレステロールの値が健診でいつも高いのですが、母も私も食べ過ぎることはなく、油物やコレステロールの多い食べ物は控えているのですが、どうして高いのでしょうか？」

「200 人に一人くらいの割合で、遺伝性にコレステロールの値が高い人がいます。これは、体内でコレステロールを処理する機能がうまれつき弱いためです。さらに、体内のコレステロールは、卵やバターなどの食事由来は 20% に過ぎず、体内で脂肪から合成されるものが 80% を占めますので、コレステロールの多い食べ物を控えただけでは十分ではないことが多いです。」

「コレステロールが血管についているのは、どうやったらわかりますか？」

私は、娘さんの頸動脈エコーを依頼しました。



正常例
LDLコレステロール 110mg/ml



娘さん 52歳
LDLコレステロール 150mg/ml

Nさん 78歳
LDLコレステロール 170mg/ml

70 歳台後半の N さんの総頸動脈（脳に血液を送る血管）には、コレステロールが長年にわたり沈着してできたプラークが盛り上がって硬くなっており、50 歳台の娘さんの頸動脈にはうっすらとプラークができていました。その写真をみると N さんは心配になってコレステロールの合成を抑制する薬（スタチンと呼ばれます）を飲むことにしました。娘さんは、どうするか悩んでおり、今後相談していくことになっています。

今回は、高血圧と高脂血症を合併するやせた年配者にみられる心不全で、動脈硬化と大動脈弁の硬化による閉鎖不全を起こした方を紹介しました。

内容は臨床の事実に基づいていますが、登場人物は架空です。

次回は大動脈弁閉鎖不全のより重症例について説明します。

「二日酔い対策」

愛知三の丸クリニック 事務室

3月になり、これから歓送迎会が増える季節になります。連日ついつい飲みすぎて翌日に二日酔いに…。そんな経験はありませんか？

飲んだ翌日の頭痛や胃のむかつきの原因はアセトアルデヒドという有害物質だと言われています。

アルコールは体内に入ると肝臓で分解されて、アセトアルデヒドという成分に変化します。アルコールを摂取しすぎるとアセトアルデヒドが全身にまわり、神経細胞に影響を与え二日酔いとなります。

また、アルコール摂取による脱水症状が原因とも言われています。



☆二日酔いにならないための予防法は

- ① 食べ物を胃に入れておく…アルコールの吸収速度を抑えます。
- ② タバコの併用を避ける…タバコは肝臓へ負担がかかるため控えましょう。
- ③ 飲酒の間に水を摂取する…アルコール濃度を薄くする効果があります。
- ④ 寝る前と起きたあとに水分補給する…脱水症状を防ぎ、頭痛を軽減させます。

スポーツ飲料は体内への吸収がよく、ナトリウムやカリウムなどを補給できます。

- ⑤ 湯船に長く浸からない…脱水症状になる危険性があるため注意が必要です。

二日酔い対策に一番大事なことは飲みすぎないことです。適量を意識して楽しく飲みましょう。



愛知三の丸クリニックの診療科目と診療時間

【診療科目】

内科、外科、眼科、皮膚科、歯科・歯科口腔外科

【診療時間】(都合により担当医師が変更となる場合があります。)

平成31年3月1日現在

診療科目	時間	月	火	水	木	金
内科	午前	(循環器)松波 (循環器)飯田	(内分泌)光本 (循環器)松波	(循環器)飯田 (循環器)石黒 (血液)下川	(循環器)飯田 (消化器)岡田	(内分泌)浅井※2 (血液)緒方
	午後	(呼吸器)※1 (血液)緒方	(循環器)飯田 (血液)緒方	(循環器)松波 (血液)杉崎	(循環器)宮部 (血液)杉崎	(循環器)松波 (血液)杉崎
外科	午前	—	—	—	鈴木	—
	午後	—	鈴木	—	—	—
眼科	午後	中村	—	—	鶴田(第1・3・5週) 長屋(第2・4週)	—
皮膚科	午後	—	—	—	嘉陽(第1・3・5週) 梶村(第2・4週)	—
歯科 歯科口腔外科	午前	總山	總山	總山	總山	總山
	午後	總山	總山	總山	總山	總山

(※1) 月曜午後の呼吸器は、第2週と第4週のみ診察します。

(第2週は中畑医師、第4週は石田医師、重松医師、山田医師のいずれかが診察します。)

(※2) 金曜午前の内分泌は、第2週と第4週のみ診察します。

【診療受付時間】

午前： 8時50分から11時00分まで

午後： 12時50分から15時30分まで(眼科は15時00分までの受付です。)

【その他】

休診日については、院内掲示もしくは当クリニックホームページでご確認ください。

URL：<http://www.sannomaru-hp.jp/>

医科の再診の場合は、総合受付または電話(医科予約受付専用電話：052-961-7012)にて予約を受け付けます。

歯科の予約は、歯科受付窓口または電話(歯科予約受付専用電話 052-950-0560)にて予約を受け付けます。

各種健康診断・人間ドックのお問い合わせは、電話(052-950-0500)にご連絡ください。

外来よりお知らせ

【花粉症について】(内科・眼科・皮膚科)

花粉等の影響による諸症状(鼻づまり、鼻水、目のかゆみ、くしゃみ、咳等)でお困りの方やご自身のアレルゲン(アレルギーの原因物質)をお知りになりたい方は、当クリニックにお任せください。

医師による診察(医師の判断による血液検査等)を行い、必要に応じて内服薬、点鼻薬、点眼薬等を処方します。

【禁煙外来について】(内科)

当クリニックでは、毎週水曜日の午前に、内科の下川医師の指導・管理の下に内服薬を用いた禁煙指導(禁煙外来)を行っています。

内服薬による禁煙をご希望の方は、お気軽にご来院ください。

【AGA(男性型脱毛症)について】(外科・皮膚科)

AGA(男性型脱毛症)による薄毛でお悩みの方は、外科(毎週火曜日の午後、木曜日の午前)及び皮膚科(毎週木曜日の午後)において、医師の診断の下に内服薬フィナステリド錠(プロペシア錠)の処方を行っています。

AGAは少しずつ進行しますので、できるだけお早目の受診をお勧めしています。

当クリニックにご来院の際は、保険証、診察券(初めての方を除く)を持参し、総合受付にお申し出ください。

編集後記

愛知三の丸クリニックだよりの感想や取り上げてほしいテーマ等がありましたら下記メールアドレスにご連絡ください。今後の参考にさせていただきます。

E-mail

aichi-sannomaru-hp@oregano.ocn.ne.jp

住
電

愛知三の丸クリニック

所 名古屋市中区三の丸3-2-1
話 052-961-7011(代表)
052-961-7012(医科予約専用)
052-950-0560(歯科専用)
052-950-0500(健診専用)