



健康トピックス

院長 飯田 将人

心不全について

心不全とは「何らかの理由により心臓の動きが低下して、生活や運動に必要な血液を十分に送れない状態となり、息切れや倦怠感が生じること」です。多くの場合、生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常）に、喫煙、加齢が加わって心機能が低下することが原因です。原因となる心臓病は狭心症、心肥大、弁膜症などです。



日本全体で現在 120 万人の患者さんがいると推定されています。発病者が多くだけでなく、70 歳から 80 歳台で発症する人が多いため、入院率が高く、近い将来には入院ベッドが足りなくなる心不全パンデミック（大流行）の危険性が指摘されています。このように、老後に備えるためには認知症や骨折だけでなく、心不全を予防する努力も大切です。

今月は心不全の症状について解説します。

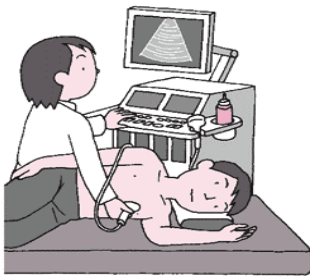
外来を受診する心不全の患者さんで多いのは、息切れや動悸、むくみ、倦怠感などです。軽いうちは階段や坂道で生じますが、病気が進むと平地歩行や室内歩行でも苦しくなります（Aさん）。安静時に息切れがあり会話だけでも息が弾む場合はかなり重症です（Bさん）。または血圧が急に 160 を越えるような場合に歩くと苦しくなり発見されることもあります（Cさん）。

もちろん、無症状の場合もあります。多くは、高血圧、糖尿病で通院されており、心電図の異常や聴診で心雑音を指摘されて超音波検査をすると、心肥大や弁膜症が見つかる場合です。無症状でも5から10年の経過で症状がでることがあり、とくに血圧や血糖が高いまま放置、過剰に動き回る、煙草をやめない、飲酒が多い、ストレスが多いなどの負荷がかかると心不全を早く発症します（Dさん）。

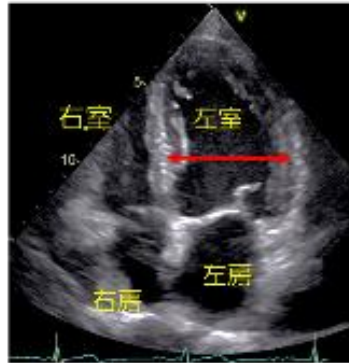


例をあげて説明します

Aさんは78歳の女性で高血圧の内服治療中で体格は太目でぽっちゃりしています。2年前から地下鉄の階段で息がきれるためゆっくり登るようになり、齢のせいかと思っていましたが、最近は家事をすると疲れやすく、信号のある交差点を渡るのがつらくなりました。自宅で血圧を測ってもいつも130/80くらいで安定しているため、不思議に思って主治医に相談したところ、胸部レントゲン写真と心臓超音波で心拡大があり心不全と診断されました。血管拡張薬(ニトログリセリン)を処方されて歩くのが楽になりました。血圧は良いが、体重が心不全の原因だろうかと主治医から指摘され、てんぷら、とんかつをやめて食事療養中です。



心臓超音波の画像



拡大した心臓
左室の幅が増大している

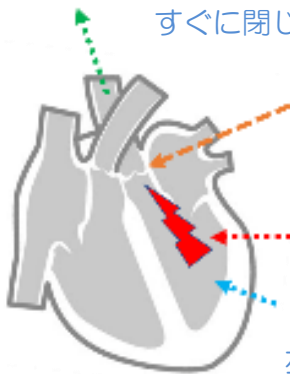


正常の心臓 拡大なし

Bさんは75歳の男性で、やせていますが高血圧と高脂血症があり内服中です。食事も気を付けていますが、親譲りの体質なのかコレステロールは内服しても十分に低下していません。5年前から家の前の坂道が苦しくなり、去年からはスーパーマーケットの中を歩くのがつらくなりましたが、病院に行くのが怖くて主治医にも話せませんでした。

ついには、家のなかで入浴や食事をしていても苦しいことがあり、足のむくみもあるため病院を受診したところ、胸部写真でかなりの心拡大、心電図は左室肥大、心臓超音波で大動脈弁閉鎖不全という弁膜症がありました。弁を人工弁に取り換える手術を受けて楽になりました。

正常では、大動脈弁が開放して左室から大動脈へ血液が駆出されると、大動脈弁がすぐに閉じて逆流を防止します。



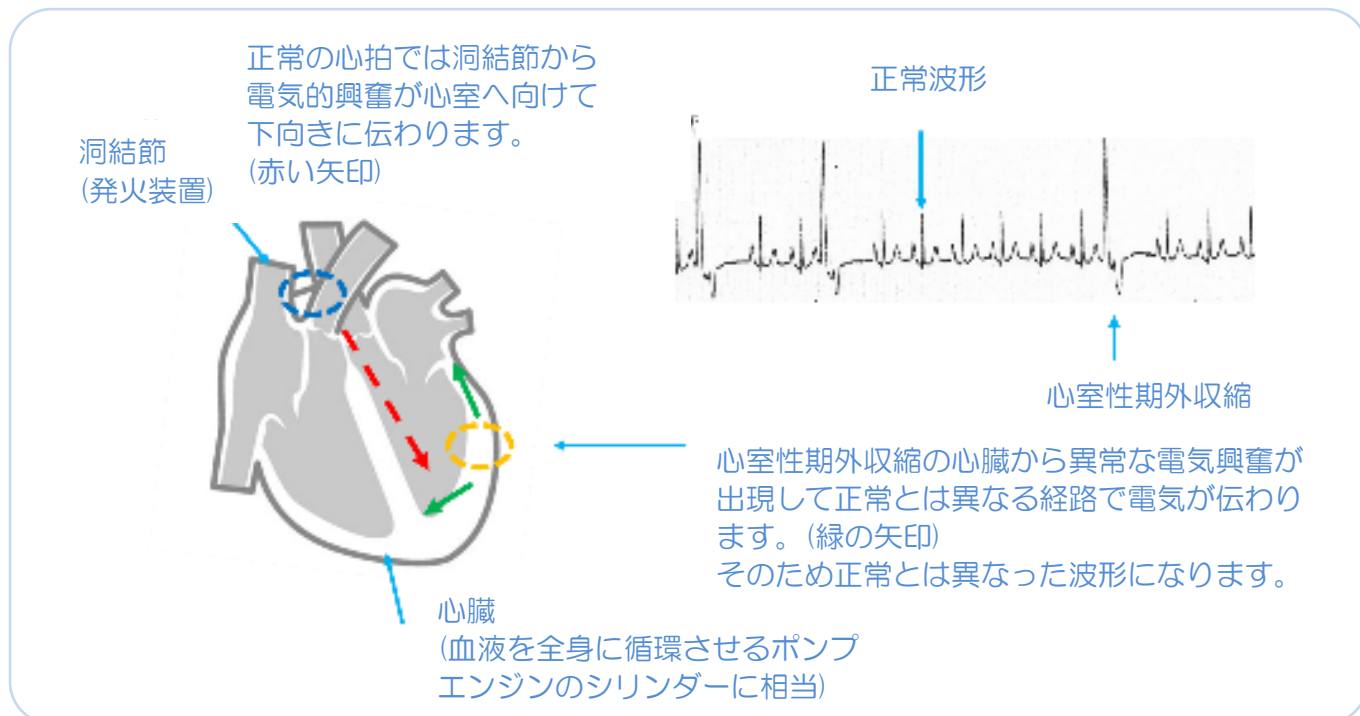
左室

大動脈弁閉鎖不全になると大動脈弁に隙間ができます。

大動脈弁閉鎖不全では、弁の閉鎖時に血液が大動脈弁の隙間から左室内へ逆流します。



Cさんは70歳の男性で、50歳台から高血圧の治療中です。20歳台から喫煙してやめるつもりはなく、毎週スポーツクラブで運動もし、やせ型で元気でしたが、この頃運動時に動悸とめまいとを感じるようになりました。家庭血圧計で血圧を測定すると160以上あり主治医を受診すると、心電図で心室性期外収縮という不整脈があり動悸の原因と診断されました。脈拍も90を越えることが多く、β遮断薬という血圧をさげて心臓を休ませる作用のある薬をもらい、動悸が改善して血圧も120台に低下しました。



Dさんは65歳の男性です。飲酒は毎日3合で50歳台から高血圧と肝障害を健診で指摘されていました。56歳の時に健診の心電図に異常があり、心臓超音波を受けたところ、心臓が拡大して動きが弱っていると指摘されました。飲酒をやめないと、心臓がさらに弱って心不全になり動きがままならなくなると担当医から説明を受けました。そのころは元気で長い距離をあるいても症状がなかったため、Dさんは飲酒をやめることはなく、65歳になり仕事をやめて家に毎日いるようになったある日、顔と手が急にむくんで歩くと苦しくなりました。病院では心拡大が進行して動きが悪くなっており、アルコール性心筋症という診断でした。利尿薬をもらいむくみが取れて少し楽になりましたが、飲酒をどうするか悩んでいます。



登場人物は架空ですが、臨床の事実に基づいています。次回は診断について説明します。

歯周炎と関わりのある病気をご存知ですか？ ～歯周炎と骨粗しょう症の関わりについて～



この質問、覚えていますか？



問. 次の中で歯周炎と関係する病態はどれでしょうか？

A：動脈硬化 B：糖尿病 C：骨粗しょう症 D：メタボリックシンドローム E：誤嚥性肺炎



答. なんと…全部です！！

関連性の機序に関しては、今後の研究結果を待たなければいけないものもありますが、上記以外にも最近では、脂肪肝や一部の皮膚の病気などに影響を与えるという報告があります。

今回は、選択肢「C：骨粗しょう症」についてお話しします。

骨粗しょう症を発症している方は、歯周炎の進行が加速するリスクが高まります。

骨粗しょう症は、全身の骨の強度が低下し、骨がもろくなり、骨折しやすくなった状態で、当然ですが、顎の骨や歯を支える骨である歯槽骨（しそうこつ）ももろくなり、歯周炎の進行が加速するといわれています。

顎の骨や歯槽骨は、他の部分の骨と違い、薄い粘膜（歯ぐき）のみで覆われています(図1)。そのため、歯ぐきに炎症が起るとすぐに歯槽骨へ炎症が波及していきます。歯槽骨に炎症が進むと、歯槽骨が減り、歯ぐきが下がってきます(図2・3)。骨粗しょう症で骨の質が悪くなっているところは、さらに速く進行します。歯槽骨が減ると歯がぐらぐらになり、最後には歯が抜けてしまいます(図4)。



歯周炎が急激に進行する年齢は、女性の骨粗しょう症が発症しやすいと言われる閉経を迎える時期と同じ位の時期からになります。

また、骨粗しょう症の薬を服用の方は、顎の骨の傷や炎症が治りにくいといった症状がおこるリスクが高くなる場合があります。

そのため、閉経を迎える時期の女性や骨粗しょう症が疑われる方、治療中の方は、歯周炎の進行を防ぐためにも歯科の定期受診をしていただくことをおすすめします。



次回は、選択肢
D:メタボリックシンドローム
のお話です。

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、小児心療科、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。)

2020年8月1日現在

診療科目	時間	月	火	水	木	金
内科	午前	(血液)杉崎 (循環器)飯田	(内分泌)奥地 (循環器)加藤	(血液)下川 (循環器)飯田	(循環器)石黒 (消化器)岡田 (循環器)飯田	(内分泌)浅井※3 (血液)緒方
	午後	(呼吸器)中畑※1 (血液)緒方 (循環器)飯田	(呼吸器)前田※2 (血液)緒方	(血液)下川 (循環器)飯田	(循環器)松波 (血液)杉崎	(呼吸器)渡辺 (血液)杉崎
外科	午前	—	—	—	鈴木	—
	午後	—	鈴木	—	—	—
眼科	午後	中村(第1・3・5週) 小口(第2・4週)	—	—	鶴田(第1・3・5週) 小口(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	(ふさやま) 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。

(※2) 火曜午後の呼吸器は、第1週と第3週と第5週のみ診察します。

(※3) 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。

クリニックからのお知らせ

♡♡CT 診断装置を更新しました♡♡



8月より新しいCT 診断装置を導入しました。

米国 GE (General Electric) 社製の 16 列マルチスライス CT です

マルチスライスとは、一つの管球から照射される放射線を複数の検出器で受け止め、コンピュータ処理することで画像を構築する技術です。映画やテレビ撮影に例えると、一つのシーンを 16 台のカメラで撮影して編集することに似ています。

画像処理コンピュータの進歩もあり、任意の断面で 2D 画像を作ることができます。

週に 2 日 呼吸器科の外来があります。

健康診断や人間ドックで胸部写真の異常があった場合、当院は、呼吸器科の外来がありますので、新しい CT 診断装置で精査をし、専門医の診察を受けることができます。

喫煙されている方は、現在、症状がなくても、肺気腫のような肺の構造が壊れる病気が隠れていることがあります。喫煙を継続し、70 歳前後になると、息苦しさなどの症状が出現し、慢性呼吸不全となり、酸素療法を必要とすることがありますので、今のうちに呼吸器科医を受診し、肺の状態を確認されることをお勧めします。

当院は、禁煙外来もありますので、お気軽にご相談ください。

愛知三の丸クリニック

住 所 名古屋市中区三の丸 3-2-1
電 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)
県庁内線 4974