

### かこしま ビクタリ便

心臓は全身に血液を送り出すポンプとして絶え間なく働いています。心不全はさまざまな原因により心臓のポンプの働きが弱くなり、全身に必要な血液が送れなくなった状態です。息切れやむくみが起こり、放っておくとだんだん悪くなってしまういます。年をとるにつれて増加することも分かっており、高齢化が進むわが国では、ますます増えていくと考えられています。

心不全の原因は、心筋梗塞などの虚血性心臓病や心筋の細胞自体が死んでいく心筋症、心臓の弁に異常がでる弁膜症や脈に異常を起こす不整脈、高血圧や糖尿病、肥満といった生活習慣病などが挙げられます。診断には、採血で心臓から分泌されるBNPというホルモンの測定が役立ちます。BNPは心臓に負担がかかること上昇し、心不全の診断や重症度の評価、治療効果の判定に用いられます。心臓超音波検査は、体に負担をかけずに心臓の動きや弁の状態

## 日々の健康管理が重要

### 心不全

をみることで、どのくらい心臓に負担がかかっているかを調べることができます。

心不全の治療は、急に状態が悪くなった急性期には、酸素を吸ってもらいながら、心臓を強く動かす強心薬や体にたまった水を出す利尿薬、心臓の負担を軽減する血管拡張薬などが用いられます。状態が安定した慢性期になると、心不全の悪化を予防し生命を長くするために心臓を保護する飲み薬が用いられます。

治療によって症状がよくなっても、再び悪くなることもあります。その原因として、薬の飲み忘れや塩分や水分のとり過ぎ、心臓に負担をかける活動のし過ぎ、喫煙・お酒の飲み過ぎ、かぜなどによる感染症などが挙げられます。自宅で血圧や体重を測り、毎日の健康チェックを行うことが重要です。生活習慣の見直しと日常の体調管理を行い心不全の発症や悪化の予防に努めましょう。(鹿児島大学心臓血管・高血圧内科学講師・窪園琢郎)



鹿児島大学心臓血管・高血圧内科学講師・窪園琢郎

◆第3水曜掲載