

地域健康情報誌 [テ・ア・テ]

Vol.21

おかげまで  
5周年

# Te・A・Te

2017

冬

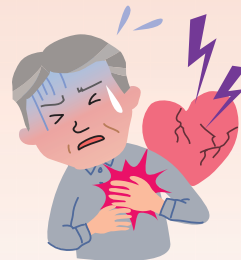
社会医療法人  
大雄会

たまご  
うきうき村

特集

心筋梗塞・狭心症  
について





# 心筋梗塞・狭心症 について

心筋梗塞、狭心症は生活習慣、食習慣の欧米化にともない、増加の一途をたどっています。心臓病は、日本人の死因の第2位となっており、その約40%は心筋梗塞、狭心症といった虚血性心疾患きょけっせいしんしつかんによるものです。2014年の人口10万人あたりの急性心筋梗塞の死亡率は31.1%、そのほかの虚血性心疾患は27.8%でした。このため、厚生労働省も5大疾病の1つに急性心筋梗塞をあげ、地域医療での取り組みを図っています。



循環器内科 医師一同

監修：循環器内科臨床副院長 **寺沢 彰浩** 医師  
(前列右から2番目)

## 心筋梗塞・狭心症とは？

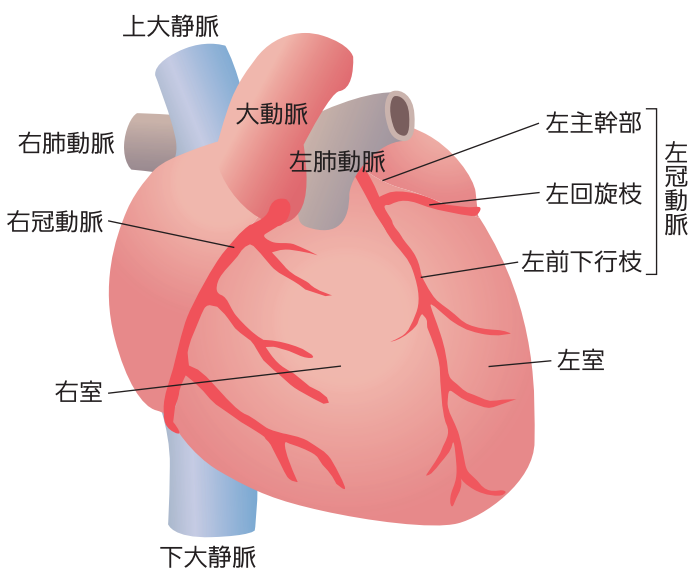


図1 冠動脈

心臓は全身に血液を送るポンプの働きをしています。また、心臓自身にも冠動脈(図1)という動脈を通じて血液を送っています。冠動脈は通常、左右一本ずつ(左冠動はさらに左前下行枝と左回旋枝の二本に分枝します)で心臓の表面を取り巻くように分布し心臓に血液を送っています。冠動脈が、動脈硬化で閉塞して、血流が途絶え心筋が壊死する病気を**心筋梗塞**といいます。その中で突然冠動脈が閉塞し、急激に心筋壊死となる病気を**急性心筋梗塞**といいます。冠動脈が動脈硬化により、狭くなり、血流が障害され、胸部圧迫感の発作をおこす病気を**狭心症**といいます。また、心筋梗塞や狭心症のように心臓への血流障害による病気を**虚血性心疾患**きょけっせいしんしつかんといいます。

## 心筋梗塞・狭心症の症状

### 心筋梗塞

急に冠動脈が閉塞しておこるため、主な症状は、急にはじまる強い胸痛、胸苦しさです。強い胸痛を感じたとき、5分たってもおさまらない時は救急車で救急外来を受診してください。

※強い胸痛は、心筋梗塞をはじめ、生命にかかわる病気のことがしばしばありますので、救急車で救急外来を受診してください。

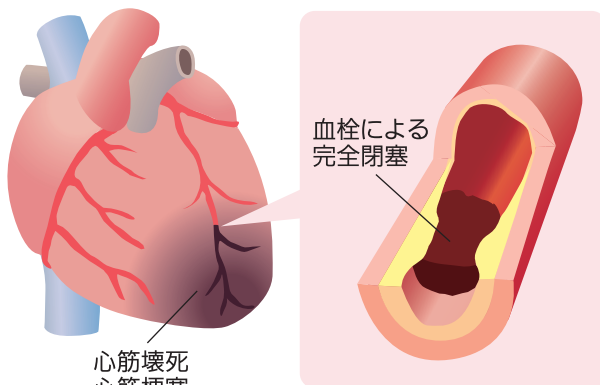


図2 心筋梗塞

### 狭心症

主な症状は、胸が締め付けられるような苦しさや痛みが、階段を登ったり、散歩などで歩いたりといった労作で発作性にでるものです。通常は、安静にすると数分から10分ぐらいで症状は消失します。さらに、症状が肩の痛みであったり、胃のあたりの痛みであったりすること、また安静時に症状が出ることもあります。

# 心筋梗塞・狭心症の治療

## 心筋梗塞

緊急経皮的冠動脈形成術(PCI:後述の狭心症の治療参照)による閉塞した冠動脈の再開通(図3)をおこない血管を拡張させます。冠動脈の再開通は心筋梗塞発症後、早ければ早いほどその後の経過が良好です。

総合大雄会病院では、愛知県医師会の急性心筋梗塞システム※に参加し、救急科と協力し、365日24時間いつでも心筋梗塞患者さまの受け入れをおこない、緊急経皮的動脈形成術をはじめ、心筋梗塞に対する診療体制を整えています。

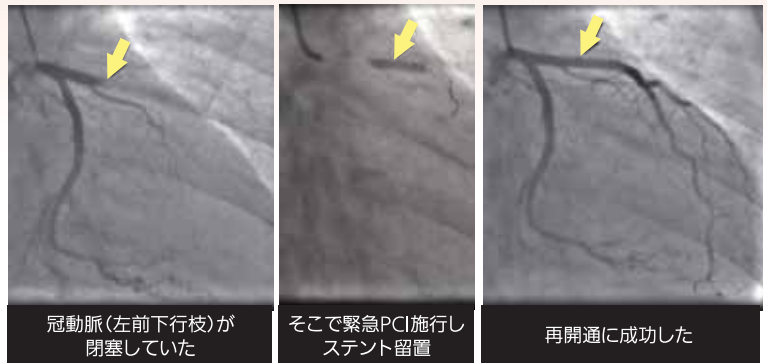


図3 緊急経皮的冠動脈形成術による冠動脈の再開通(再灌流)  
胸痛で受診。急性心筋梗塞と診断し緊急経皮的冠動脈形成術をおこないました。

※高度な救急医療が必要とされる患者さまに対し、迅速かつ適切な医療が提供されるようサポートをおこなう愛知県が実施する救急医療システムの一つ。システムには、命にかかわる心筋梗塞などの特殊医療に対応可能な医療機関が予め登録されており、一宮市では総合大雄会病院と市民病院のみです。

## 狭心症

### ①薬物を使った治療

狭心症の発作をおさえる薬と狭心症の原因である冠動脈の動脈硬化の進行をおさえる薬があります。薬による治療は狭心症治療の基礎です。

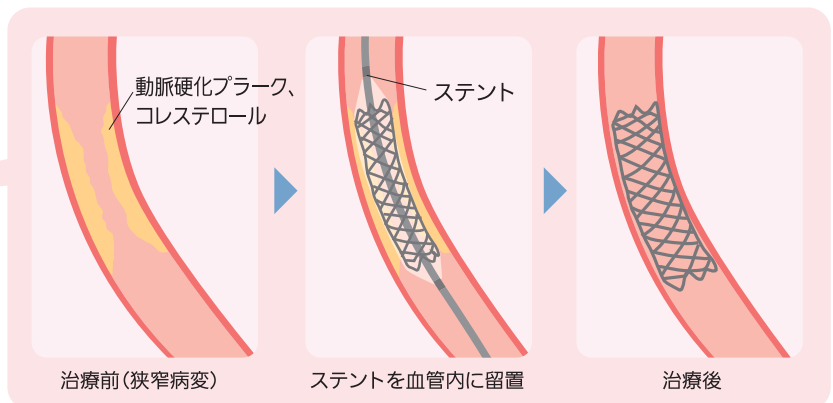
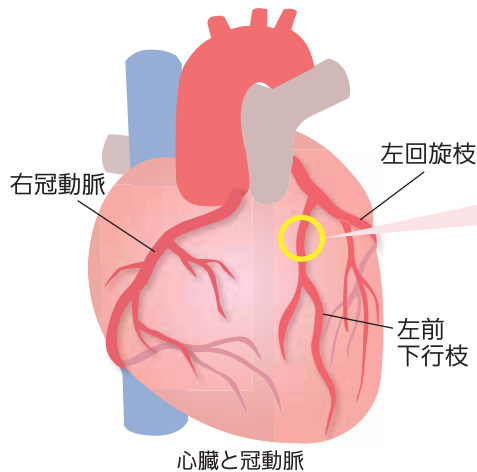


図4 経皮的冠動脈形成術(PCI)

### ②経皮的冠動脈形成術(PCI) (図4)

手首や足の付け根からカテーテルという管を冠動脈まで挿入し、冠動脈の狭くなった部分を風船で冠動脈の内から拡げたり、ステントという金属の網状の筒を冠動脈の内に留置し、冠動脈壁を裏打ちするようにして拡げる方法です。PCIは局所麻酔で施行でき、患者さんへの負担が少なく十分な効果が得られる長所があり、入院も2~3日です。ただし、PCI後、抗血小板剤を確実に内服する必要のあることや、長期的には、拡げた部分が再度狭くなり(再狭窄)、再び治療が必要になることがあるといった問題点があります。

### ③冠動脈バイパス手術(図5)

胸を開いて、自分の胸にある内胸動脈や胃、または腕の動脈を使って、狭くなった冠動脈を超えて血流が心臓に送られるように迂回路を作る方法です(道路で使われるバイパスと同じことです)。大手術で患者さんの負担は大きいですが、成功すればその後の経過は良好です。

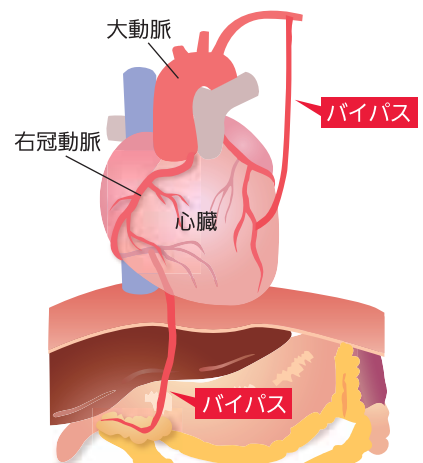


図5 冠動脈バイパス手術

以上のように、心筋梗塞や狭心症の治療法には、一長一短があります。

総合大雄会病院では、循環器内科、心臓外科が緻密な連携を取り、患者さんに最適な治療を提供します。



教えて!  
Doctor  
ドクター

テーマに関する素朴な疑問に  
循環器内科の専門医がお答えします

Q & A

監修:循環器内科臨床副院長  
寺沢彰浩 医師

## 心筋梗塞・狭心症 編



### Q 心筋梗塞や狭心症の予防について 教えてください

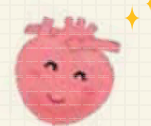
**A** 心筋梗塞や狭心症は、冠動脈の動脈硬化によるものです。動脈硬化とは、動脈の壁にコレステロールが溜まり、様々な反応をおこして、動脈壁がもろくなることです。その動脈硬化を促進する要因は**冠危険因子(動脈硬化危険因子)**として知られています。冠危険因子の中でも生活習慣の改善や適切な医療によって治療、コントロールが可能な因子は、**喫煙、高コレステロール血症、高血圧、運動不足、肥満、糖尿病**です。また、これらの因子が増えるほど虚血性心疾患の危険性が高まることが知られています。

患者さん個人個人で状況は異なりますので、主治医やかかりつけ医と相談しながら、それぞれのライフスタイルに合わせ、生活習慣の改善や、薬物療法(高血圧や糖尿病、高コレステロール症に対してなど)をおこなっていくことが大切です。



#### 生活習慣改善チェックポイント!

- 禁煙し、受動喫煙を回避する
- 過食を抑え、標準体重を維持する
- 肉の脂身、乳製品、卵黄の摂取を抑え、魚類、大豆製品の摂取を増やす
- 野菜、果物、未精製穀類(玄米など)、海藻の摂取を増やす
- 食塩を多く含む食品の摂取を控える
- アルコールの過剰摂取を控える
- 有酸素運動を毎日30分以上おこなう



# 心筋梗塞・狭心症 の薬の話

治療薬には、血流を改善する薬剤、狭心症発作時に使用する薬剤のほか、虚血性心疾患の予防には、抗血小板薬、動脈硬化の原因である高コレステロール血症、高血圧、糖尿病に対する治療薬が使用されます。また、心筋梗塞の予防効果、心臓を保護する効果のある薬剤も使用されます。

## 狭心症に対する治療薬

狭心症には、血流を改善する目的で硝酸薬（一硝酸イソソルビド）、カルシウム拮抗薬などが使用されます。発作時にはニトログリセリン舌下錠が使用されます。

### ▶ニトログリセリン舌下錠の使い方

発作がおきたら、1錠舌の下においてください。  
 5分ほどたっても、効果が見られないときはもう1錠使用してください。  
 それでも症状が続く場合は、病院を受診してください。



**⚠️ 注意事項**

- 血圧が下がりすぎて、めまいや立ちくらみをおこすことがあります。必ず、座って使用してください。
- 一時的に頭痛がおきることがありますが、しだいに軽くなります。この症状が、治まらなかったり、ひどいときには病院を受診してください。

## 虚血性心疾患の予防に対する治療薬

### ① 抗血小板薬

血小板の働きを抑えて血栓ができるのを予防します。ステントが留置された患者さんでは、ステントの表面や周囲に血栓ができ、血管がつまってしまうのを防ぐために、抗血小板薬を継続して服用します。

### ② 冠危険因子の治療

- 高コレステロール血症治療薬（スタチン）  
 コレステロールを低下させる効果、心筋梗塞の発症予防効果があります。
- アンジオテンシン変換酵素阻害薬・アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬  
 血圧を下げる効果、心臓を保護する効果があります。

### ③ 心臓を保護する効果のある薬剤

- β遮断薬（カルベジロール、ビソプロロール）  
 心臓の働き過ぎを抑えます。心臓を保護する効果があります。
- アンジオテンシン変換酵素阻害薬
- アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬

**⚠️ 服薬における注意点**

- 自己判断で服用を中止したり、服用回数を減らしたりはせず、決められた量を毎日服用してください。
- 抗血小板薬を服用している間は、通常よりも出血しやすく、出血した場合は血が止まりにくくなるので注意が必要です。また、歯の治療や、他の診療科にかかるときは、抗血小板薬を服用していることを必ず伝えてください。

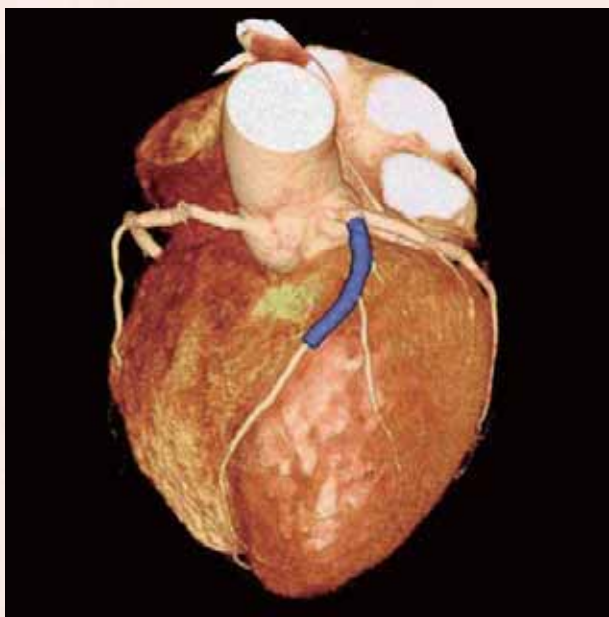


薬剤師 斎藤 祥子

一瞬で心臓全体を1回で撮影できる高精度な撮影装置

# 320列CT

320列CTは世界初の320列面検出器を搭載したCT装置で、1回で1つの臓器(範囲16cm)の撮影ができます。総合大雄会病院はこのCT装置を2009年8月に愛知県内の民間病院で初めて導入し、患者さまの肉体的・精神的に負担の少ない精度の高い検査を行っています。



経皮的冠動脈形成術後(PCI)に撮影した冠動脈画像(3D)です。青色の部分がステント留置した部分です。



白くなっている部分が動脈硬化(血管が硬くなる)を起こしている部分です。

## 特徴1 少量の造影剤で撮影可能

より明瞭な画像を得るために、腕の静脈から造影剤を注入します。その量は、従来機種64列CTの約半分(30~50ml程度)です。

## 特徴2 心臓全体を1心拍で撮影

心臓全体(16cmのエリア)を1心拍(最短0.35秒)で撮影。息を止めてガマンする間もなく終了するので、ご高齢の方やお子さまなど息止めや安静の保ちにくい方でもきれいな画像を撮影することができます。

## 特徴3 放射線被ばくを大幅に低減

撮影時間が短い分、放射線被ばく量は従来機種64列CTと比べて大幅な低減ができます。

## 特徴4 不整脈に対応する安全機構

万一、撮影中に不整脈が発生しても自動的に不整脈を検知して放射線照射を止め、正常な心拍になったら撮影するので、ムダな被ばくが防げます。

## 患者さまにやさしい機器です

320列CTの検査は寝台を動かす事なく短時間で撮影ができます。また被ばく量や造影剤も少なく済むので肉体的・精神的負担も少なく気軽に検査を受けていただけます。不整脈や頻脈のある方でも良好な画像が得られるので幅広く活用でき、救急医療でも不可欠な機器です。



高い診断精度が得られ、被ばく量や造影剤も少なくて済む患者さまにやさしい機器です。



技術放射線科 技師長 日比野 友也



## 乳がん・子宮がん検査

女性スタッフによるきめ細やかな対応・落ち着いた空間で検査いただけます

乳がんは日本女性の14人に1人が生涯のうちに発生しており、乳がんにかかる人は年々増加しています。大雄会第一病院では、乳がん・子宮がん検査を平日午後から受けることが可能です(完全予約制)。乳がんは他のがんに比べてゆっくり増殖するものが多いですが、早期に発見する事が大切です。30歳代になったら定期的な検診を受けましょう。

問合せ先

TEL 0586-26-2008 大雄会第一病院 健診センター  
 URL [www.daiyukai-kenshin.com](http://www.daiyukai-kenshin.com)  
 E-mail [kensin@daiyukai.or.jp](mailto:kensin@daiyukai.or.jp)



## 「かかりつけ医」をお持ちですか？



大雄会のホームページで  
 あなたの近くの「かかりつけ医」が検索できます。

「かかりつけ医」とは、あなたの健康状態や病気のことなどを普段からある程度知っており、困った時には身近にいて適切なアドバイスをくれるお医者さんです。地域のみなさまへより良い医療を提供するため、近隣の診療所の先生と大雄会は積極的に連携をおこなっています。

<http://www.daiyukai.or.jp/>



ホームページ右バナー内のこのバナーをクリック



## 施設紹介



総合大雄会病院  
 〒491-8551 一宮市桜一丁目9番9号  
 ☎0586-72-1211 (代)



老人保健施設アウン  
 訪問看護ステーション・アウン  
 〒491-0101  
 一宮市浅井町尾関字同者165  
 ☎0586-78-1111 (老人保健施設アウン)  
 ☎0586-51-0031 (訪問看護ステーション・アウン)



大雄会第一病院  
 〒491-8551 一宮市羽衣一丁目6番12号  
 ☎0586-72-1211 (代)  
 健診センター：☎0586-26-2008 (直通)



新生訪問看護ステーション・アウン  
 〒491-8551 一宮市桜一丁目15番19号  
 ☎0586-28-5633  
 FAX 0586-28-5634



大雄会クリニック  
 〒491-8551 一宮市大江一丁目3番2号  
 ☎0586-72-1211 (代)



大雄会 ルーセント クリニック  
 〒451-6003 名古屋市西区牛島町6番1号  
 名古屋ルーセントタワー3F ルーセント・ウェルネスセンター内  
 ☎052-569-6030 (健診センター)  
 ☎052-569-6031 (内科・婦人科・女性頭痛外来)



今号の表紙 広報グループ 石井さんご家族  
 おかげさまでTeAte(テアテ)も5周年目を迎えることができました。これからもみなさまの健康に役立つ情報を発信してまいります。今回の表紙はTeAteの編集をしている私の家族を、来年の干支“酉”にちなんで尾張の卵の直売所「うきうき村」で撮影しました。うきうき村は一宮市千秋町浮野にあり、新鮮で美味しい卵と焼きたてのパンのセットをはじめ、卵かけご飯や金の卵の親子丼、だし巻き卵なども味わうことができます。購入し自宅で食べた卵かけごはん、美味しかったです！

企画・発行：  
 社会医療法人大雄会 経営企画課  
 ☎ 0586-24-2565  
 ✉ [kouhou1@daiyukai.or.jp](mailto:kouhou1@daiyukai.or.jp)

<http://www.daiyukai.or.jp/>





## タラのクリーム煮

寒さが増し体の芯から冷える季節には、温かくほっこりするものが嬉しくなりますね。今回は旬のタラと白菜、牛乳がマッチした体がポカポカと温まるメニューをご紹介します。

タラはカロリー控えめで、食べ過ぎや運動不足などから体重が増えやすい冬にぴったりの食材です。また旨み成分であるグルタミン酸やアスパラギン酸を多く含むため、淡泊でありながら美味しくいただけます。あたたかさとお味で体の芯も心も温まりましょう。

### 材料(2人分)

タラ(切り身) …… 160g(2切れ)  
 塩、こしょう …… 少々  
 小麦粉 …… 6g(小さじ2)  
 じゃがいも …… 240g(2個)  
 にんじん …… 50g(1/4本)  
 白菜 …… 80g(2枚)  
 顆粒スープの素 …… 2.5g(小さじ1)  
 牛乳 …… 100ml  
 バター …… 10g  
 塩 …… 少々  
 粗挽き黒こしょう …… 少々  
 ドライバセリ …… 少々

管理栄養士  
福田 紗希



1 タラの切り身は半分に切り、塩、こしょうを振りかけ、薄く小麦粉をからめる。



2 じゃがいも、にんじんは皮をむいて3~4mmに薄切りにする。白菜はざく切りにして、水気を切る。



3 フライパンにバターを入れ中火にかけ、バターが溶けたら火を止める。じゃがいも、にんじんを広げ、タラを広げて白菜を入れる。



4 顆粒スープの素を振りかけ、牛乳を加えて蓋をする。強火にかけて煮立ったら中火~弱火にし、7~8分蒸し煮にする。塩で味をととのえる。

5 器に盛り、粗挽き黒こしょう、ドライバセリをお好みで振りかけたら出来上がり。

調理時間  
20分

### 栄養価(1人分)

エネルギー

252kcal

たんぱく質

18.5g

塩分

1.4g

### point!

淡泊な味のタラと乳製品はとても相性がよく、生クリームやチーズのコクをプラスするのもおすすめです。パンを添えて召し上がってください♪