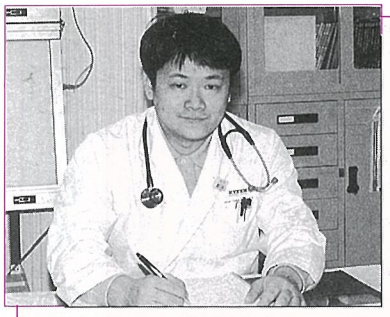
健康へのメッセージ シリーズ㉘

狭心症のはなし その①

胸の痛みは危険信号
胸痛が時々起きる方
ご注意を！

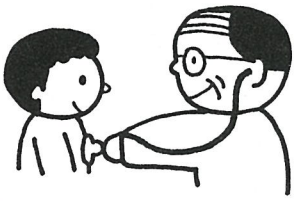


東陽病院　**鈴木健士** 医師

光町のみなさんこんにちは。今回は狭心症についてお話ししたいと思います。狭心症とは心臓病のひとつで、心臓に栄養を送っている血管が細くなり、血液の流れが悪くなってしまう病気です。血管が細くなるといっても細く伸ばされるわけではなく、動脈硬化などで血管の内側の壁が厚くなり、血のかたまりや、他の沈着物が付いたりして内側の幅がせまくなってしまうのです。そうなると心臓に酸素や栄養分が充分に届かなくなってしまい、胸の痛みが出現するのです。

心臓という臓器は、血液のポンプのようなもので、筋肉のかたまりといっていい、とてもエネルギッシュなものです。臓器の中でも脳の次ぐらいに酸素をほしがる臓器なのです。ですから、その酸素が不足すると痛みを出して体に危険を知らせるわけです。

もし、完全に血の流れが止まってしまうと、その血管が栄養を送っていた部分の心臓の筋肉は死んでしまいます。こうなった状態が「心筋梗塞」です。血液のポンプの一部の壁が突然動かなくなってしまうのですから、その範囲がせまければ血液の流れは比較的保たれますが、範囲が広ければポンプの機能が悪くなって、全身に血液が運ばれなくなってしまい、命にかかわる状態となってしまいます。



狭心症の状態は流れにくくはなっていますが、まだなんとか流れているため安静にしていれば心臓の負担が減り、症状が落ち着きます。しかし血液の流れはやはり悪い状態ですから、恐ろしい心筋梗塞が起きやすい状態であることは事実です。脅かすわけではありませんが胸痛が時々起きている、なんて方は実は「危ない綱渡り」をしている最中なのかもしれませんよ。

こんな話をすると、狭心症と言われてお薬をのんでいる方は、恐ろしくて何も出来なくなってしまうかもしれません。しかし恐れていても仕方がありませんから、それをどう治療していくかということが大事です。狭心症の発作のある方には、ニトログリセリン製剤をいつも持ち歩いて頂いています。（別に爆発はしませんのでご安心を）これは心臓に栄養を送っている血管を拡張させる（拡げる）作用があります。そのため血液の流れがよくなるわけです。胸が痛くなったらすぐなめるようにしてください。2～3錠まではなめてみて結構です。それで痛みがおさまらなければすぐ病院に来てください。心電図などの検査をして確認し、治療をしましょう。あとは決して無理な労働はしないことです。

狭心症の予防の薬については、次回お話したいと思います。

明るい、きれいな選挙訴えて

明るい選挙啓発ポスター・標語入賞作品

千葉県・光町選挙管理委員会、明るい選挙推進協議会では、毎年明るい選挙、きれいな選挙の啓発事業の一環として、小中学生から啓発ポスター並びに標語の募集を行っています。当町からも沢山の作品が応募され、次の作品が入賞しました。

★ポスター

2等　伊藤千明さん（南条小4年）

2等　關　祥平君（中学2年）

3等
田沼美恵さん（中学2年）

★標　語

2等
佐々木拓也君
（東陽小5年）

『一票も
むだにしません
ぼくの家』