

健康への

メッセージ

シリーズ 134

狭心症

光町のみなさんこんにちは。今回は狭心症についてのお話です。高血圧や糖尿病、高脂血症などのある患者さんが、運動した時や寒いところに出た時に、急に胸が痛くなると狭心症の発作が疑われます。左の胸ではなく真ん中の胸骨の後ろに痛みを感じます。最初は1〜数分で痛みは消失しますが、進行すると時間が長くなり、強度の痛みが持続する場合は心筋梗塞への移行も考えられます。

狭心症の発病機序は明解です。心臓の筋肉を栄養しているのは冠動脈といえます。この冠動脈は動脈の硬化などにより血管の内腔が徐々に狭くなります。更に血管の壁が不整になると血の塊（血栓）が着くことがあります。狭くなった冠動脈が、血管の収縮や血栓の増大などにより、内腔が更に狭くなると血液の供給が不足して胸痛発作が起こります。これが狭心痛と呼ばれるものです。通常は血管の収縮は短時間で元に戻り血流は改善して症状も消失します。しかし、内腔を完全に塞ぐような状態が長く続くと心筋細胞が死滅して元に戻らない状態になります。これが心筋梗塞です。

実際にはいきなり狭心症の初回発作からすぐに心筋梗塞に移行することではなく、徐々に進行していきます。狭心症発作の予防が最も有用なことはいまでもありません。それには、以前このコラムで述べたように

血圧の管理、糖尿病や高脂血症などの動脈硬化を助長する疾患の予防と治療が大切です。

しかし、狭心症となった場合にはどうすれば良いかという病状の進行状況に応じた適切な薬の内服が必要で、加えて三食をきちんと食べることや十分に睡眠を取る等の日常生活の改善、喫煙は厳禁、適度な運動が有効です。狭心症の発作が起きた場合には、冠動脈の拡張剤として速効性の硝酸薬（ニトログリセリン）舌下投与かスプレーが最も有効です。是非とも常備しておいてください。家族の方にもどこに置いてあるかわかるようにすることが大切です。通常は硝酸剤の使用により速やかに症状が消失しますが、動脈硬化が進行すると効果が弱くなります。

狭心症の薬物治療は心筋の酸素消費量を低下させる薬（β遮断薬）や細動脈の拡張により心臓への負荷を減少させるCa拮抗剤があります。また、硝酸剤の内服剤やテープなどの外用剤も併用されます。血栓の形成増加を予防するアスピリン製剤も併用されます。

毎日内服するお薬は血圧、コレステロールなどの薬が併用されるために徐々に増える傾向にありますが、きちんと内服することが発作の予防のために最も重要です。頻繁に発作が起こるような場合には心筋梗塞の発症リスクが強く、特別な治療が必要となりますので次回にお話しをします。

お知らせ

※相談窓口開設日 14日(月)午前9時〜正午

※救急当番日 6日(日)、27日(日)午前8時30分〜午後6時

医師2名が待機。来院の際はお電話を。☎041335



東陽病院 院長 伊藤 文憲

冬の名作鑑賞会

『マトリックス』(日本語吹替版)



日 時 2月20日(日) 午前10時・午後2時の2回上映
場 所 図書館2階ハイビジョンホール
定 員 各回120名
入 場 整理券(無料)を2月5日(土)から図書館カウンターで配布します。



=町立図書館=
 ☎043311

2004年

人気のあったミステリー

『暗黒館の殺人 上・下』綾辻行人／著 (講談社) Fア
 『偽りの館』折原一／著 (講談社) Fオ
 『夏の名残りの薔薇』恩田陸／著(文芸春秋) Fオ
 『硝子のハンマー』貴志祐介／著(角川書店) Fキ
 『臨場』横山秀夫／著 (光文社) Fヨ

休館日

2月7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)、3月1日(火)、7日(月)