

増えている心不全 その1 あなたの心臓 大丈夫？

日野病院 病院長 孝田 雅彦



日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。

休まず働いている心臓 働きの低下で心不全に

平地でも少し歩くと息切れがする、足がむくんで治らない、などの症状はありませんか？ そう言えばと思いがたることがあれば、心不全の可能性があります。それでは、今回は心不全についてお話しします。心不全とは、血液を全身に送るポンプの働きが低下した状態です。心臓は1分間に60回打つとすると1日で86,400回（＝60回×60分×24時間）、1年で3千万回、70歳の患者さんは22億回打ったこととなります。この間、心臓は全く休まずに拍動し続けています。

高齢になるほど、心臓の働きは低下しやすくなりますし、高血圧や糖尿病などの生活習慣病があったり、心筋梗塞、不整脈、弁膜症などの心臓病があると、心不全は起こりやすくなります。

症状によって分かれる 心不全4つのステージ

心不全の進行は4つの段階に分けられています。ステージAは生活習慣病がある段階、ステージBは心臓の働きが低下してきた段階ですが、まだ症状はありません。ステージCは心不全の症状が出た段階、ステージDは症状が悪化し、日常生活が困難となる段階です。多くの患者さんはステージCで診断されますが、治療はステージBから始める方が良く、予防はステージAから必要です。ステージA、Bは症状がないのに、どのように診断すればいいのでしょうか。

ステージA、Bには、高血圧や糖尿病などの生活習慣病のある人や、これまで何らかの心臓病を指摘された人がすべて含まれます。それでは、ステージAとB

はどのようにして区別できるのでしょうか。それには、心臓の働きを調べる検査が必要となります。その検査は血液検査、超音波検査、胸部レントゲンあるいはCT検査です。

負担なく詳しく 調べられる超音波検査

体に負担なく、詳細に調べることができるのは超音波検査です。まず血液でNT-proBNPという検査を測定し、胸部レントゲンで心臓が大きいか調べましょう。どちらかでも異常があれば超音波検査を受けてください。これまで何らかの心臓病のあった患者さんは超音波検査を定期的に受けましょう。

超音波で調べると心不全



にも2種類があることがわかります。1つは駆出率（血液を送り出す力）が低下した人、2つ目は駆出率は正常だけれど、拡張機能が低下したために血液を送り出すことができなかった人です。この2種類の心不全患者さんの生命予後（生きられる期間）は、どちらも心不全がない人と比べて低下していますが、治療方法が異なるため、ぜひ調べる必要があります。

ステージBまでに治療を開始すると心臓は負担が少なくなり、長持ちします。今しんどくないからなどと言わずに、一度主治医と相談して自分の心不全のステージを聞いてください。転ばぬ先の杖、治療は早いほど効果が高いのです。

