なるほど！ 健康講座 心房細動について

ハーモニークリニック
副院長
市川聡子

〈心房細動はどんな病気？〉

心房細動とは不整脈の一つで、心臓の「心房」という部分が、不規則に、細かく震える状態をいいます。動悸や息切れ、胸の不快な感じなどの自覚症状がある人がいる一方、自覚症状がない人もいます。

心房細動は放っておくと、心房内の血流がよどみ、「血栓」という血液の塊ができやすくなります。血栓が血管を通って脳に運ばれ、脳の血管が詰まると、脳梗塞を起こしてしまいます。心房細動が原因の脳梗塞は、脳の広い範囲が梗塞を起こしてしまうことが多く、重い後遺症が残る可能性が高くなります。

また、心房細動を起こすと、心臓が規則正しく動かないために、全身に十分な血液を送り出すことができず、心不全になってしまう場合があります。心不全の人が心房細動になると、さらに心臓の機能は低下してしまいます。

〈どんな人が心房細動になりやすい？〉

高齢になる程、心房細動になりやすいといわれています。また、もともと心臓病がある人、高血圧、糖尿病、慢性腎臓病、甲状腺疾患などの持病のある人、肥満、飲酒・喫煙の習慣がある人や、精神的ストレス、寝不足なども心房細動を引き起こす可能性があると言われていますので、注意が必要です。

〈心房細動を見つけるには？〉

動悸を自覚したら、自分で脈を測ってみましょう。脈の乱れにお気づきの場合は、医師にご相談ください。動悸などの自覚症状がない場合でも、定期的な診察を受ける中で心房細動が見つかることがありますので、持病をお持ちの人は、定期診察を必ずご受診ください。毎年健康診断を受け、心房細動になりやすい持病がないかどうか、チェックすることも大切です。

〈心房細動が見つかったら？〉

年齢や持病、今までの病歴などに応じて、血栓予防のため血液をさらさらにする薬を開始します。また、心拍数を調節する薬を使用したり、カテーテル治療を行うこともあります。

心房細動は加齢に伴って起こりやすくなります。健康管理の一環として、脈を時々自分で測り、気になることがありましたら、医師におたずねください。

明医研ニュース

「れんけい訪問看護ステーション」がグループホーム「たのしい家東浦和」と提携しました

グループホーム「たのしい家東浦和」（株式会社ケア21）と明医研の「れんけい訪問看護ステーション」は、当施設のご利用者様に対し、24時間体制での対応を含めた定期的な健康観察や緊急時の臨時訪問等医療連携体制をスタートしました。

同施設は、住み慣れた地域で自宅での暮らしの延長となるような環境づくりをテーマとしており、この取り組みによって、地域住民の方々への更なるサポート体制が強化できると考えております。

また、ハーモニークリニックも同施設の協力医療機関となっており、れんけい訪問看護ステーションと同一法人であるという強みを活かして、同施設のご利用者様をバックアップしていきます。