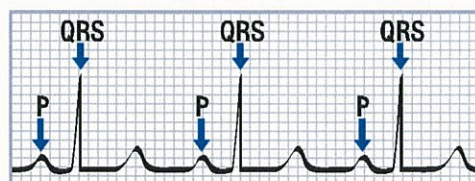


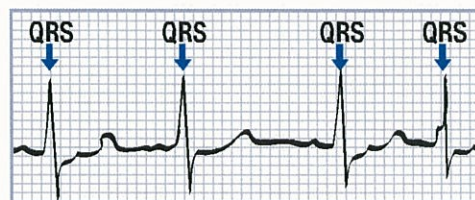
## 病気の話 心房細動 その2【心房細動の原因は?】

心房細動の原因は心臓の老化が一番で、年をとれば誰でも起こりやすくなります。しかし、心臓自体に病気がある場合、とくに弁膜症(心臓のしきりにある弁の異常)や心不全(心臓の収縮力が低下する)などが原因となります。高齢者以外で注意が必要なのは高血圧の方です。治療が不十分だと高い血圧でじわじわと心臓に負担がかかり、心房細動が起こりやすくなってきます(家庭血圧の目標は125mmHg未満です)。若い方は首にある甲状腺のホルモン異常が原因となることもありますし、ストレスや不眠が原因となることがあります。

心房細動の診断は、動悸があり自分で脈を触れてバラバラになっていればわかります。しかし、脈のカラ打ち(期外収縮)が多発する場合もバラバラに感じますので、必ず病院で心電図検査にて診断してもらうことが必要です。心電図では心房収縮のP波がみられないなら心房細動です(図)。一過性に心房細動になる方(発作性心房細動)では、発作中に心電図がとれれば診断は簡単ですが、24時間心電図検査などで発作をつかまえる必要があります。



▲ 正常(洞調律)の心電図



▲ 心房細動の心電図

## 検査の話 心電図その2【いろいろな心電図】

心臓に異常があれば必ず心電図に変化が現れるわけではありません。

狭心症や不整脈などでは発作が起こった時しか変化がみられないこともありますので、一度の記録で心電図が正常だからといって心臓病がないとは言えません。

そこで外来の安静状態で記録する十二誘導心電図の他にも様々な心電図検査を行います。運動を行って心臓に負荷をかけると狭心症などの病気では心電図に変化が現れてきます。トレッドミル(負荷心電図)検査では、段階的に運動負荷を強くして心電図変化を調べます。



他にも24時間心電図(ホルター心電図)があります。これは小型軽量の記録機を装着して、普段通りに生活して頂き24時間の心電図を記録する検査です。入院しなくても検査できますが、行動を参考にして心電図を評価するので行動記録票をつけて頂く必要があります。

次回はトレッドミル検査について述べます。



## 薬の話



### 【薬の正しい飲み方】

一般的に、薬はコップ1杯の水(約200mL)、またはぬるま湯で飲みます。



### 【水の量と薬の効き方】

薬をコップ1杯程度の水で飲むのに比べて、水の量が少ない時は、血液中の薬の濃度の上がり方が違ってきます。薬を水なしで飲むと溶けにくく、吸収が遅れ薬効が現れるのが遅くなります。また、薬が溶けずに便として排泄されることもあります。薬効を十分に発揮するには、薬が溶けて吸収される必要があります。錠剤やカプセル剤を水なしで飲むと、食道に引っかかったり、くっついたりして、その場で溶けて、食道潰瘍を起こす可能性があります。また、粉薬では、気管から肺に入り、肺炎を起こす可能性もあります。

出典:日本病院薬剤師会誌

## 運動療法の話

### 【心臓リハビリテーションが必要なわけ】

何故、心臓リハビリテーションが必要なのでしょう。第一に、運動は心臓病によって低下した全身の機能を回復する上で必要不可欠です。リハビリをしないと、長期間の安静で手足の筋肉が弱ってしまい、寝たきりになることもあります。



全身の臓器を調節する自律神経も運動で安定します。危険な不整脈なども起こりにくくなります。

更に血管そのものを治療する効果もあります。心筋梗塞の原因になるプラーク(粥腫)を安定させ、血管が詰まるのを防いでくれます。高血圧、高脂血症、肥満、糖尿病などの危険因子の危険度も下がります。

## 外来診察の

### 待ち時間について

当院は予約診療制にしておりますが、「予約なのに待ち時間が長い」とのお叱りを受けることがあります。病状などにより診察、説明や検査の時間が長くなる場合があります。予約の患者様の診察が遅くなることがあります。大変申し訳なく思っております。予約時刻から30分以内の待ち時間で診察・検査ができるよう努力しておりますので、どうかご理解とご協力をお願いいたします。わずかですが、有料の特別予約枠を設けておりますので、受付にお申し付けください。



社会医療法人川島会 川島病院  
徳島市北佐古一番町1-39  
☎088-631-0110