

# ご近所の お医者さん

□  
702  
□

とのむらクリニック院長 外村大輔さん 一柏原市

## 心臓突然死を防ぐために

「昨日まで元気だったのに、突然お亡くなりになるなんて……」。このような会話をした事があるかもしれせん。事故や自殺などによる死亡を除き、病気が原因で発症後24時間以内に死亡した場合「突然死」と呼びます。

突然死の

原因の中で  
最も多いの  
は心臓によ

るもので約7割を占めます。その数は年間約7万人にもほり、一日に換算すると約200人、7分に1人が心臓突然死で亡くなっています。心臓突然死の原因の多くは、心筋梗塞、狭心症な

どの心臓に栄養を運ぶ血管(冠動脈)が動脈硬化により詰まってしまいう虚血性心疾患で、それ以外には重篤な不整脈や心筋症、大動脈弁狭窄症などがあります。齎かすような話ばかりになりましたが、心臓突然死には予防対策

る日突然起る命に関わる病気を防ぐため、健診の結果を大切に、禁煙、食事療法、運動療法などで生活習慣を改善していきましょう。

また健康診断などで異常が無くても、心臓に何らかの異常を持っている場合があります。親族が突然死している人は特に注意が必要です。遺伝的に重篤な不整脈を起こし心停止につながる事がまれ

## 早めの受診対策を

にあり、その一部はホルター心電

があります。動脈硬化をきたす原因として糖尿病、脂質異常症、高血圧、喫煙が4大因子となっていますので、これらを改善していくことです。

図(24時間心電図)検査などで分かることもありますので、一度循環器内科の受診をお勧めします。

致死的な不整脈が起る場合は予防

「健診で異常と言われ続けていますが、特に症状なかったたので受診していませんでした」。このようなお話しも患者さんからお聞きします。糖尿病、脂質異常症、高血圧はよほどの異常値でない限り、ほとんどが無症状のため、放置される方が多いのです。あ

的なお薬の服用や、植え込み型除細動器を留置して、突然死を予防することも可能です。もちろん、胸部の痛みや苦悶感、左肩から左上腕にかけての痛み、動悸など、何か症状がある方は早めにかかりつけ医や循環器内科に相談するようにしましょう。

