

慢性心不全にご注意 広報げろ 2022.3

慢性心不全にご注意



心不全とは心臓の機能に異常があって心臓のポンプ機能が低下した状態のことを言います。ニュースなどで死亡原因として「心不全」はよく目にしますが、心不全は病名ではなくて、あらゆる心臓疾患の終末像の総称なのです。

心臓は加齢とともに心臓の壁が厚くなったり、広がりにくくなったり、心筋を動かす電気信号に異常を来したりしてきます。高血圧、糖尿病、肥満などの生活習慣病、弁膜症、心筋症なども心臓機能に影響します。

心不全には心筋梗塞や外傷などにより急激に心臓の働きが悪くなり、生命の危機にさらされる急性心不全と、高血圧症、心筋梗塞、弁膜症、不整脈 心筋症などによる心臓機能の低下が慢性的に続く慢性心不全があります。慢性心不全は原疾患が急に悪くなって急性心不全に移行することがあります。

心不全の症状には全身に血液を送り出す機能（収縮機能）が低下し、全身の臓器に十分に血液がいきわたらないことによっておこる疲労感、不眠、冷感などがあります。また、全身の血液が心臓に戻る機能（拡張機能）が弱くなって、静脈や肺、心臓などに血液がたまりやすくなってしまうために、血液がうっ滞することによっておこる息切れ、呼吸困難、浮腫などがあります。

心不全の診断に際しては、病院での診察、胸部レントゲン、心エコーなどが行われますが、最も有力な判断材料は心臓から分泌されるホルモンの一種（BNP）を測る血液検査から得られます。

心不全の治療、予防は利尿剤などの薬物療法、塩分制限、水分制限、禁煙、適切な運動等の日常生活管理がとても重要です。下肢の筋肉は運動することによって血液を心臓に戻すという機能があり、第二の心臓と言われています。心臓の機能を回復、維持するためには筋力維持を中心としたリハビリテーションが欠かせません。入院時には早期離床の為の急性期リハビリテーション、退院後生活の改善のための運動を中心とした慢性期リハビリテーション、栄養指導などで病状の悪化を抑えます。いうまでもなく心不全を引き起こしている原疾患の治療も継続しなければなりません。

心不全で入院を繰り返していると病状は進行することが多く、一般的には心不全の予後はがんよりも悪いといわれます。高齢者では収縮機能が保たれ、拡張機能が低下した心不全が多いことがわかってきました。通常の検査では発見しにくく、治療方法も限られています。

心不全は早期の無症状の時期に気づき、治療につなげることがその後の経過を左右します。動機や息切れを感じた場合、年のせいだと片付けしないで、病院で診察を受けることも考えましょう。

参考：図は心臓の断面です。血液はどの方向に流れているかわかりますか。

下呂市立金山病院 顧問 古田智彦