

## 私のカルテ

No. 394

## 心不全パンデミックの時代!!

津島市民病院  
循環器内科医師井上  
祥

## がんより多い心不全

新型コロナウイルス感染症流行に伴い皆さんもパンデミック(大流行)という言葉を目にされるようになったのではないのでしょうか。実は以前から循環器内科医師(心臓内科)の間で心不全パンデミックという話題がありました。超高齢化に伴い心不全患者数は年々増加しており、2030年には130万人の心不全患者が存在すると予測されています。現在の推定がん患者数は100万人ですから、「がんよりありふれた病気」と言えばかなり身近な病気と思われるのではないのでしょうか。今後大流行する心不全とはどのような病気か、早期発見治療の重要性、早期発見の鍵となる症状についてできるだけ簡単にお伝えしたいと思います。

## 心不全とは(生涯付き合い続ける心不全)

ざっくりばらんに言うと

**「心不全とは、心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり寿命を縮める病気」ということです。**

心不全は完治せず徐々に悪くなる病気です。しかし重要なことは、早期発見し治療を行えば、十分進行を遅らせることができるということです。

## 心不全の自然経過(放っておくと溺れて死んでしまう!!)

心不全を放置するとどうなるのでしょうか。心臓は体内の液体(血液などの体液)をぐるぐる循環させています。全身に血液を送り、全身から血液が戻り、肺を通して酸素を受け取り再び全身に送り出します。最初は動きが悪くなった心臓に合わせ体も変化しますので、症状もなく本人も気付かず過ぎていきます。しかし治療がなければ徐々に悪くなり、ある日突然もう耐えられない、となった瞬間から、体液を回すことが不十分になり心臓に水がたまりま

す。心臓から肺に水が染み出せば肺が水浸しになり溺れている状態となって息が苦しくなります。体から戻る血も心臓に戻ることができず足などがむくんできます。血液を送り出す力が極端に弱くなれば脳や腸や腎臓に十分な血液が行き渡らず、だるい、ボーっとする、食事がとれない、尿が出ないなどの症状が出てきます。入院して治療すれば症状のない状況に戻ることもありますが、何かのきっかけで水がたまり再入院となり、繰り返すたび心臓が悪くなり最後は陸にいながら溺れてしまう形で亡くなります。

## 早期発見治療の重要性(早め早めの心臓チェックを!!)

そうならないためにはできるだけ早く心不全の芽を発見し治療していくことです。動脈硬化に伴う冠動脈(心臓の血管)の異常が原因のことも多いですから、高血圧・糖尿病・脂質異常症・喫煙などのある方は早めに心臓エコーやマスター心電図などで心臓機能をチェックすることをお勧めします。昔より息切れしやすくなった、疲れやすくなったなどがあれば年齢のせいと思わず早めに心臓について相談してみましょう。その他体重増加、食欲不振、お腹が張るなどの症状も心不全が原因かもしれません。

## かかりつけ医を持ちましょう!!

心不全の症状は年のせい、何となく調子が悪い程度と見過ごされてしまうこともあります。皆さんの健康状態を把握し、変化があればいち早くそれに気が付いていただけるかかりつけの先生が重要となります。気になることがあれば早めに相談し、スムーズに我々に紹介いただくことで、早期に治療を開始し入院を防ぎ、ひいては心臓を長持ちさせることで皆さんがよりよい人生を送る手助けをさせていただければと考えております。