

# お医者さん からの アドバイス

心臓の病気  
「虚血性心疾患」って  
何だろう？



長者2丁目かおりやま内科  
院長・循環器内科専門医  
新妻 健夫

虚血性心疾患、難しい言葉ですね。心臓の病気のうち、心臓に栄養を送る血管（冠動脈）が細くなったり（狭心症）、詰まったりしてしまう病気（急性心筋梗塞）の総称です。

血圧やコレステロール値が高かったり、糖尿病を放置していたり、喫煙などにより、冠動脈は硬くなります。血管の中で細くなり、十分な血液が心臓の筋肉（心筋）にゆきわたらず、酸素不足と栄養不足となり、「胸が苦しい」といった症状が起こるのが「狭心症」です。症状は、胸の症状だけではなくありません。肩がこったような感じや、歯が痛くなること

て継続した対処が大切で、その一つがお薬なのです。

禁煙は、ニコチンからの依存を断ち切ることと、タバコをつい吸ってしまう習慣の改善、この2点が大切です。電子タバコも、身体への悪影響は紙巻タバコと同様です。いまは医療

もあります。階段を登るといつも苦しくなるとか、重いものを持つと胸が重くなるなどあれば、循環器内科を受診しましょう。また「急性心筋梗塞」は、命にかかわる重篤な病気で、迅速な治療が大切です。血栓（プラークという脂と血液が混ざり固まったもの）で血管が詰まってしまい起こります。胸痛のほかに冷や汗がでたり、吐いたり、意識がなくなることもあります。

これら狭心症や心筋梗塞など虚血性心疾患の予防は、まずは生活習慣の改善です。バランス良い食事、適度な運動、禁煙を心がけましょう。高血圧、糖尿病や高コレステロール血症は、症状がないので気づかずに放置されてしまうことがあります。健診などで異常があれば、迷わず医師に相談しましょう。また、お薬が始まったら継続することが大事です。やめてしまうとまた元に戻ってしまいます。体は年齢と共に変化します。その変化に応じ

保険での治療が認められています。医療機関のサポートを得ながらの禁煙は成功率も高くなります。

虚血性心疾患は、「いま」できる生活改善により予防することができますのです。