

# お医者さん からの アドバイス

## 基礎疾患って何？

上手な慢性疾患との  
付き合い方



長者2丁目かおりやま内科  
遠藤 教子 副院長

より、次第に心臓の機能が低下し、最終的にポンプ不全になった状態が慢性心不全です。慢性心不全の状態が不安定になると、息切れ、胸の苦しさ、むくみなどがでて、症状が悪化すると入院する事態になります。この入院を防ぐことがとても大切になります。なぜなら、入院するほどに心不全症状がひどくなると、心臓の機能はさらに悪くなってしまうからです。

入院の予防には、医療機関への定期的通院や処方薬の内服はもちろんですが、更にご自身で自分の体調を見守ることが、とても大切です。

自分で見守るってどういうことでしょうか？それは、日々の血圧測定、体重測定、むくみの確認、息切れ症状の確認などを実践することです。毎日の確認で、体調の変化に早めに気づくことができます。体調の変化に気づいたら、速やかにいつもの医師の診察を受けましょう。症状がとても悪くなる前に治療を受けることができれば、入院せずにすむことが結構あります。海外の報告では、入院した人にインタビューをしたところ、心不全の症状は入院する約10日前

基礎疾患、最近耳にしますね。コロナウイルスワクチンの接種を優先される方々に対して、「基礎疾患ありますか」という文言があり、皆さんの知るところとなっています。基礎疾患とはなんでしょうか？具体的には、生活習慣病に含まれる高血圧症や、心臓の病気（慢性心不全）や、呼吸器の病気（慢性閉そく性肺疾患）などがある有名です。これらの病気は「慢性疾患」ともいわれ、長く付き合ってゆく病気です。

心臓の病気（慢性心不全）を例に、慢性疾患との付き合い方を考えてみましょう。

慢性心不全の原因は、高血圧、心筋梗塞や狭心症、弁膜症、不整脈など様々です。それらに

ころから出てきていて、その時点で外来での治療などを受けられれば、入院を避けられたかもしれないということが言われています。（Am J

Med, 114(8), 625-630, 2003)

医師から高血圧や、慢性疾患のお薬などが処方されたら、毎日の血圧、体重、そして症状の確認を始めてみませんか？体調の記録は、診

察する医師にとっても治療の参考になります。

郡山市医師会では、「こおりやま心不全セルフチェックシート」というノートを作成し、市内の医療機関に頒布しております。ノートに血圧や体重などを記入することができます。慢性心不全といわれている方は、おかかりの先生にお尋ねしてみてください。