

心不全になりやすい人

次のような人が、心不全になりやすい。

高齢者(65歳以上の人)

「高血圧」や「糖尿病」のある人

「心筋梗塞」「狭心症」を起こしたことがある人

「不整脈」「心筋症*1」「心臓弁膜症*2」などの心臓病のある人

*1 心筋に「厚くなる」「薄くなる」などの変化が起こって、心臓の機能が低下する病気。

*2 心臓には、血液が一定の方向に流れるように開閉する弁が4つある。心臓弁膜症は、4つの弁のいずれかに異常が生じる病気の総称。

心臓は、収縮と拡張を繰り返して、全身に血液を送るポンプの働きをしています。このような心臓のポンプとしての機能が低下した状態が「心不全」です。

心不全には、突然起こるもの(急性心不全)もありますが、多くは、心臓の機能低下が徐々に進行する「慢性心不全」です。慢性心不全は、早く気付いて治療を始めれば、軽症のまま10〜20年と病気と共存していくことも可能です。

高齢者や高血圧のある人では、気付かないうちに心臓の機能が低下して慢性心不全の状態に陥ることが少なくありません。風邪などをきっかけに急激に症状が悪化し、そのときに初めて心不全だと分かる事もあります。

心不全では多くの場合、心臓の異常を思わせる胸の痛みなどは起こらず、「息切れがする」「疲れやすい」などの「年のせい」とされがちな症状が現れます。そのため、気付かないまま放置され、病気が進行しやすいのです。

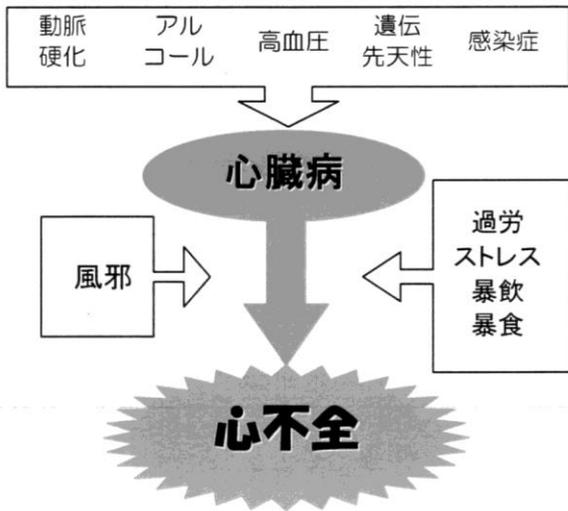
どう気付く?

心不全 (しんふぜん)



心不全の主な症状

いろいろな原因で心臓の病気になり、これに増悪因子が加わって、心不全症状が現れる。



血液を十分に送り出せないことで起こる症状

- ・だるい、疲れやすくなった
- ・手足が冷える

血液が心臓に十分に回らず、停滞すること(うっ血)で起こる症状

- ・階段や坂道などで息が切れる
- ・脚がむくむ
- ・夜、トイレに起きる回数が増えた
- ・横になると呼吸が苦しいが、体を起こすと楽になる
- ・おなかが張る



心不全の症状は、「年のせい」と思われて見過ごされることがある。半年前にはなかった症状が、最近起こるようになったりしたときは、心不全の可能性も考える。

新年あけましておめでとうございます。今年も、当院の方針である【私自身が患者なら「こうしてほしい」と思うことを患者様にも提供する】を貫いていきます。古くても良いものは残しながら新しいものも取り入れて患者様により良い医療を提供できるよう今年も頑張ります！本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。 院長 鈴木 孝司

心不全の治療

症状なし	軽症	中等症〜重症	難治性
------	----	--------	-----

生活習慣の見直し・改善

薬物療法

軽症：階段などを上がった時、少し息切れがする。

中等症〜重症：日常生活でさまざまな動作をする時に息切れがする。

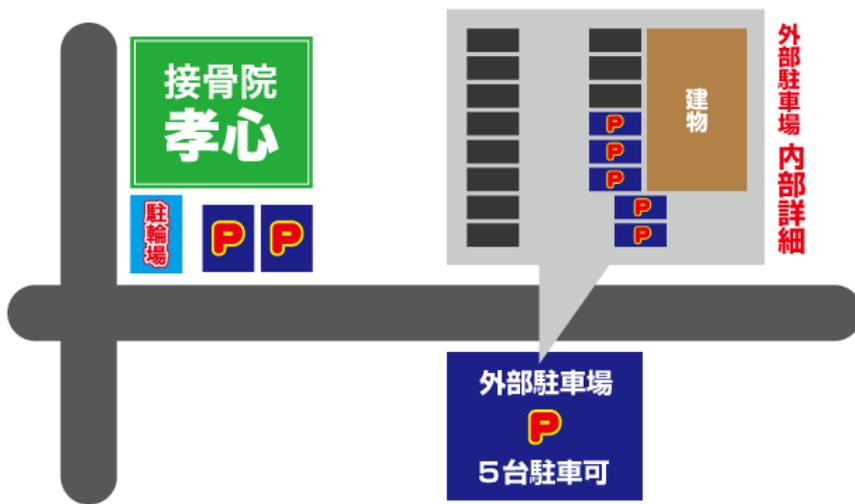
難治性：安静にしているでも息切れがする。

心臓再同期療法

(ペースメーカーを使った治療)

補助人工心臓
心臓移植

【駐車場のご案内】



今月のスタッフのつぶやき

接骨院 孝心 <http://kousin-hamamatsu.com>

姿勢を維持するために一番大事なのが『腹横筋』という筋肉。お腹の深いところにあり腹圧を高めて背骨をまっすぐに保ち、内臓を収める空間を確保しています。『腹横筋』が弱くなると背骨が曲がり腰や肩・首だけでなく膝も悪くなります。内臓も押しつぶされるので機能が低下します。症状改善・予防のためにES-530で『腹横筋』を促通して鍛えましょう！！ (院長)



去年は自由に出掛けられる時間が増えたので色々なところへ遊びに行きました。今年も楽しそうなところを探してあちこちに出掛けたいです。でも、遊んでばかりいると家事業が疎かになり大変なことになるので片付けも気合を入れて頑張ります！ (理枝)



去年は、毎日、家事と子育てに追われて自分のことに時間を使うことがほとんどありませんでした。今年、効率よくこなして何とか自分の時間を作りたいと思います。子供たちがしっかりとしてくれればいいのですが(-_-) (真由美)



むちうち症(交通事故)、首や肩腰・膝の痛み、スポーツ障害、ねんざ、打撲、肉ばなれ、肩コリなどお気軽にご相談ください。

接骨院 孝心

NPO法人 東洋医学推進協会
接骨院 孝心
 マッサージ・はり・きゅう院併設
 TEL 053(451)4523
 交通事故(自賠責)・健康保険

〒432-8023
 浜松市中区鴨江1-37-17

至線上がりの松 ← 消防署 鴨江観音 消防バス 鴨江観音 消防バス 鴨江観音 → 至浜松駅
 至線上がりの松 ← 消防署 鴨江観音 消防バス 鴨江観音 消防バス 鴨江観音 → 至浜松駅
 緑の看板が目印