

があります。ただ、高齢の方は我慢強いので、ご家族の方は方で息をしたりむくみがないか、血圧が急に上がっていないか、脈が速くなっていないかなどに気をつけてください。また高齢者の約1割が心房細動だと言われています。心房収縮が無くなることで心室に十分な血液を送り出すことができなくなるため、心臓の機能が低下し、血液量も約20%減少します。息切れ、めまいなどの症状が出て、これが長時間続くと心不全が起こる原因になります。無症状の人もありますが、放置すると5%ほどが脳梗塞になります。逆に脳梗塞の側から見れば3割ほどは心房細動が原因だと言われています。

-感染症は薬物療法が中心になるのでしょうか

狭心症や心筋梗塞の場合、カテーテル治療が必要になることがあります。心臓病であればまず日常生活の塩分摂取を控えてください。日本人の塩分量は1日11~12グラムと言われていますが、心不全の人は1日6~7グラムに抑えましょう。心房細動では脈を調整する薬を必要とし、脳梗塞などの寒栓症予防には、血の塊をできにくくする抗血小板剤、あるいは抗凝固剤などの投与が必要となります。

-予防と日常気をつけることを教えてください

高血圧の人はまず毎日血圧を測ってください。血圧手帳をつけてそれを見ながら気をつけましょう。また心臓が悪い人は毎日体重を計ってください。体重増加は心不全悪化を早期に発見する重要な指標です。できたら朝おしっこをした後に計ってください。

2010年 3月25日付 京都新聞(朝刊) より