



ふとした時に動悸を感じませんか？

～最近増えている心房細動～



医療法人社団 秀皓会 理事長 船本 全信

毎日、うだるような暑さが続きますが、如何お過ごしでしょうか？水分を良く摂りましょうと言われてますが、注意点を一つだけ。それは、暑いところにいる時は「冷たいもの」を、涼しい所では「温かいもの」を飲んでくださいね。冷たいものばかりだと、胃腸が弱り食欲が細るので、夏バテの原因になります。

さて、今回は「心房細動」のお話です。高齢化の影響と思われませんが、脈拍がバラバラに乱れている不整脈を健診等で指摘され受診される方が最近増えています。短時間で収まったり自覚症状が乏しいために、積極的に医療機関を受診しないで放置してしまい、ある日突然「脳梗塞」や「心不全」を発症し救急搬送される方もおられます。したがって、この不整脈を指摘されたら、速やかに医療機関を受診してください。

簡単に心房細動について解説したいと思います。心臓は、右心房にある洞結節という部位から出される規則的な電気信号によって、1分間に60～100回程度のリズムで動いています。ところが心房細動では、不規則な電気信号が心房内のあちこちで起きてしまうため、1分間に400～600回のリズムで心房が細かく震えるように動きます。その結果、心房は痙攣したような状態となり、血液はよどみ脈も乱れてしまいます。

主な症状としては、脈の乱れ、動悸、めまい等ですが、無症状の場合もあります。心房細動そのものは死亡の直接的な原因にはなりません、脳梗塞(約5倍のリスク)や心不全(約4倍のリスク)を引き起こし介護が必要な状態になりやすいのです。

心房細動になると、心房は痙攣したような状態となり血液がよどみ、血の塊(血栓)ができやすくなります。この血栓が心臓を飛び出して脳に運ばれると、脳の血管が詰まって脳梗塞を引き起こします。腎臓や腸など他の臓器の血管を詰まらせることもあります。そのため血液をサラサラにする薬剤(抗凝固薬)を予防的に内服する必要があります。

心房細動の頻脈(心拍数や脈拍数が増加した状態)を放置すると、心筋がくたびれて徐々に心臓の収縮力が低下します。その結果、心臓のポンプ機能が弱まり、全身に十分な血液が送り出せず、いわゆる心不全となります。

加齢は心房細動の大きな原因の一つで、70歳代の5%、80歳代の10%程度の割合で起こるといわれています。このように健康な方でも発生する一方、高血圧・糖尿病・心筋梗塞・弁膜症などの心臓病や、慢性の肺疾患のある方は発生しやすく、その他アルコールやカフェインの過剰摂取、睡眠不足・精神的ストレスにより、さらに発症しやすくなります。

心房細動の治療としては、以下の3つが大きな柱となります。

① 抗凝固療法：

脳梗塞(心原性脳塞栓症)は重篤であり、その予防はとても重要です。血液を固まりにくくする抗凝固薬を内服して予防します。

(裏面へ続く→)

② 正常な心拍の維持：

心房細動自体を抑え、正常の拍動を維持する治療をリズムコントロールといい、抗不整脈薬の内服とカテーテルによる手術（カテーテルアブレーション）のふたつがあります。近年では、特に発症早期の場合、根治が期待できるカテーテルアブレーションが効果的です。

③ 心拍数のコントロール：

心房細動ではなく正常の拍動を維持することが理想ですが、難しい方も多いのが現実です。その場合、「心拍数」を薬によって抑えて心不全予防や症状軽減を目指します。

当然のことですが、高血圧や虚血性心疾患・弁膜症といった基礎疾患の治療も大切です。これらの治療を怠ると、心房細動を併発しやすくなります。また、暑い夏には血液が濃縮しやすく、血栓がよりできやすくなりますので要注意です。

当院では心電図検査、胸部X線、血液検査、さらに24時間ホルター心電図、運動負荷心電図、心臓超音波検査などによって総合的に評価を行い、症状・状態に合わせた治療を行っておりますので、ぜひご相談ください。

☆保険証提示のお願い☆

○来院時には、診察券をお持ち下さい。

○毎月初めての受診時には、保険証、受給者証等を確認させて頂いております。お手数ですが、来院時の際は受付にご提示頂きますようお願い致します。

なお、以下の場合は月の途中でもご提示下さい。

- ・氏名の変更 ・扶養者の変更 ・転居 ・75歳の誕生日を迎えられた時
- ・負担割合が変更になった時 ・就職や退職など、新しく保険証が変わった時

※期限切れや提示のない場合は、提示していただくまでの間、自費扱いとなります。

※紙の健康保険証は令和7年7月31日で有効期限が終了となります。



酸素カプセル 初回無料のお知らせ



新陳代謝促進・疲労回復・認知症予防・薄毛対策に効果的と考えられている、当院でも大好評の「高気圧」酸素カプセルですが、ご高評につき未体験の皆様には是非とも効果を実感して頂きたく、「初回無料体験」を実施中です。

費用：無料（2回目以降は、通常通り¥3,000/30分）
（月）～（土）の毎日1枠限定--ご希望日時をご相談ください



◆ ふなもとクリニック 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町7-13 tel.0798-81-1192

居宅介護支援事業所ふくろう

〒663-8165 西宮市甲子園浦風町6-20 1F デイ 3F 訪問看護・居宅

◆ 訪問看護ステーションSUNふくろう

tel.0798-40-9500(居宅) 0798-49-7670(デイ)

デイサービスセンターふくろう

「ふくろうだより Vol.103」第1版 2025/08/01 発行（次号は2025年10月初旬頃の予定です）