

3月版

病院がつくった健康情報サイト

みんなの健康塾ちゃんねる ポケット版

神奈川地区



皆様の健康維持と増進、病気の早期発見と治療に役立てて頂けるよう、「みんなの健康塾ちゃんねる」を開設しました！ポケット版では、ポケット版でしか読めない健康情報や豆知識などをご紹介します！

川崎幸病院

みんなの健康塾ちゃんねる



春の訪れが待ち遠しい今日この頃

主催：一般社団法人 みんなの健康

発行：2025年3月1日

不整脈専門医が解説!



不整脈とは脈の異常のことで、脈が速くなる『頻脈』、脈が遅くなる『徐脈』、脈が乱れたり跳んだりする『期外収縮』などの種類があります。

不整脈には治療の必要がないものと、放置すると生命に関わるものがあり、まずはそれを見極めることが不整脈治療の第一歩です。

監修：川崎幸病院 循環器内科医師 / 不整脈部門長 三浦 史晴



怖い不整脈

脈は心臓から血液が送り出されることを意味します。脈が少なすぎると心臓から送り出す血液量が不足し、主に脳への血液量が不足する為ふらつきやひどい場合には意識を失うこともあります。また、脈が多すぎると心臓は空うちの状態となり、血圧が低下し全身や脳に十分な血液を送り出すことができなくなります。

症状のない場合や、運動や精神的興奮などで一時的に速くなる場合は心配ありません。一方で以下の様な症状がある場合は、一度専門医による診察をお勧めします。



急に意識が無くなる・失神する



突然動悸がはじまる



脈拍数が1分間に40回以下で、体を動かすと息切れやめまいがする



1分間に150～200回以上の頻脈、もしくは40～50回以下の徐脈がある



不規則な心臓の動きが続き、胸痛やめまいがする

最も治療対象になりうる心房細動

心房細動は脈がバラバラに打つために脈が急に速くなったり遅くなったりします。胸部の不快感、動悸、息苦しさ、めまいなどの症状が起きることがありますが、何も症状がない場合もあり、たまたま心電図で見つかることも少なくありません。しかし心房細動は脳卒中（特に脳の血管が詰まる脳梗塞）の原因となるため注意が必要です。現在ではさらに心房細動が心不全、弁膜症の原因になるとも言われています。特に高齢者や、高血圧や糖尿病、心疾患のある方は心房細動を起しやすいためとされているので気を付けましょう。



自己検脈でセルフチェック



「自分で決まった時間に毎日」を習慣にして、日頃から脈を測りましょう。脈を自分で管理することで異常を早期に発見することができます。正常の脈は【1分間に60～80回】が目安となりますが、年齢等により異なりますので、まずは自分のいつもの脈拍数を知っておくことが大切です。



不整脈の治療法



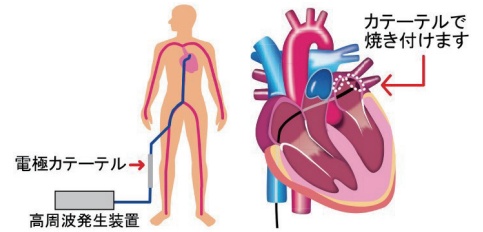
不整脈の治療

これまでは薬物治療が一般的でしたが、最近では薬の副作用や、だんだん効かなくなってくるなど不十分な点も多いため、不整脈を根治することを目的とし、薬物療法以外の治療の選択肢も増えてきています。

カテーテル治療

高周波カテーテルアブレーション

不整脈の原因となっている心臓の筋肉（心筋）の一部を焼くことで余分な心筋の電気信号を途絶する治療法です。足の付け根や首などの静脈からカテーテルと呼ばれる細い管を挿入し、カテーテルの先端から高周波を加えて焼灼します。



クライオアブレーション

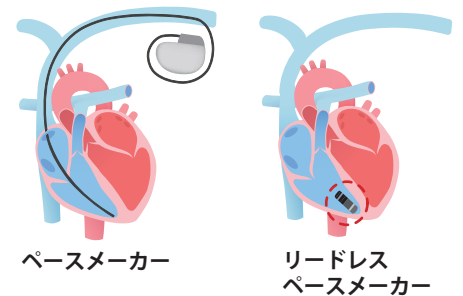
焼灼するのではなく、組織を冷凍凝固することで心筋組織に障害をもたらし、不整脈を治療します。バルーン形状のカテーテルを肺静脈の入口に押しあてて液体窒素を中に注入し、4本の肺静脈を1本ずつ冷凍凝固して心房細動を起こす異常な電気信号を遮断する治療法です。

パルスフィールドアブレーション

従来の“熱の力”を利用したカテーテルアブレーションとは異なり、“電気力”を利用します。カテーテルの電極間にパルス状の電圧をかけることで、その中にある細胞膜に無数の小さい穴を開け、心房細動の原因となる箇所を細胞死を引き起こす治療法です。

ペースメーカー治療

ペースメーカーは鎖骨下の皮下に留置する本体と心臓内に留置するリードからなり、電気刺激をリードを通して心臓に与え続け、心臓のリズムをコントロールする治療法です。MRI撮影が可能なものや、本体自体も小型化され、電池寿命が長いものも増えてきています。また近年では『リードレスペースメーカー』という本体から心臓までを繋ぐリードがなく、心臓の中に直接ペースメーカー本体を留置することで、体表面からみてもペースメーカーが挿入されている事は全く分からないカプセル型のペースメーカーも出てきています。



当院ではペースメーカー治療においても“左脚領域ペーシング”という最も生理的なペーシングを実施しています。さらに、致死性不整脈(突然死に至る可能性がある不整脈)に対して、不整脈を検知し電気ショックを与えることでリズムを戻し突然死を防ぐ『S-ICD (皮下植え込み型除細動器)』や、心臓の壁(左心室と右心室)の動きのずれに対し、電気信号を与えて心臓の本来のポンプ機能を改善させる治療『CRT (心臓再同期療法)』など、症状や状態に応じて様々な治療の選択肢が増えてきています。

不整脈は軽症から重症まで様々ありますが、治療法も日々進歩しており、根治を見込めることも少なくありません。動悸やふらつき、胸の不快感など気になる症状がある方は、一度お近くの不整脈の専門外来をご受診ください。



本紙を毎月ご希望の方には郵便でお届けします

本紙のお申込み、その他お問い合わせ

☎044-381-3377 (みんなの健康塾ちゃんねる事務局)

