

# 狭心症について

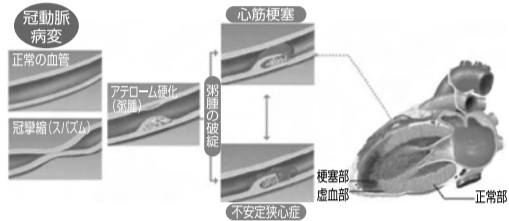


循環器科 医師 徳山 権一

## 1. 狭心症とはどういう病気ですか？

心臓の筋肉(心筋)に酸素や栄養を送り込んでいる血管は冠動脈とよばれます。冠動脈が何らかの原因で狭くなり流れにくくなっておこるのが狭心症で、血流が途絶えてつまってしまふのが急性心筋梗塞です。狭心症の原因は動脈硬化による狭径(きょうさく)と、あまり狭くない冠動脈にけいれんを起こすものに分けられ、速足、坂道、力仕事で心臓に負担がかかると症状が起きる労作性狭心症と、安静時(特に夜間や早朝)に冠動脈がけいれんを起こす冠れん縮性狭心症があります。

また重症度により安定型狭心症と心筋梗塞になりやすい不安定型狭心症に分類されます。



## 2. 動脈硬化を起こしやすい人など的是什么ですか？

喫煙、脂質異常症、糖尿病、高血圧、肥満、ストレス、加齢などさまざまな原因があります。複数の条件がある人は、狭心症のリスクが高まります。生活習慣の改善を心がけましょう。

## 3. どのような症状がでるのでしょうか？

典型的なものは胸が締め付けられる痛みが数分から10分程度続きます。

その他にみぞおち、奥歯、首、背、背中、左腕に広がるような症状(放散痛)を訴える方もいらっしゃいます。糖尿病、高齢者の方は痛みでなく、息切れ、気持ち悪い等、典型的でない場合もあり注意が必要です。

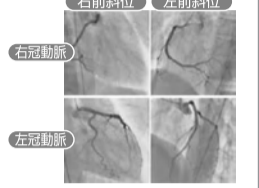
## 4. どのような検査や治療方法がありますか？

【検査】  
一般的に外来で心電図や胸のレントゲン、血液検査を行います。

症状がない時や軽症の場合は異常がはっきりしない場合が多く、24時間携帯するホルター心電図、動くベルトの上を早足で歩くトレッドミル検査、心臓の動き、サイズや機能、弁の状態をみる心エコーで評価します。さらに自転車をこいだり、薬物を負荷しながら微量の放射性薬品を投与し心筋の血流をみる負荷心筋シンチグラムや造影剤を用いて冠動脈の狭窄を評価する心臓CTを外来で施行します。強く狭心症が疑われる場合は、確定診断するために入院して心臓カテーテル検査(冠動脈造影)をすすめます。

## 心臓カテーテル検査とは

実際に冠動脈の入り口までカテーテルという細い管を挿入し、そこから冠動脈に造影剤を流し、冠動脈の状態を動画で撮影する検査です。冠れん縮性狭心症が疑われる場合は冠動脈のけいれんを誘発する薬剤を用いて起こりやすいかどうか調べるアセチルコリン負荷試験をすることもあります。実際に血管が狭いかどうか確定的な診断をつけるためには重要な検査です。



## 【治療方法】

①薬物治療:血液をさらさらする薬(アスピリン、プラビックス等)、血管を広げる薬(ニトログリセリン、カルシウム拮抗薬等)、心臓の負担を減らす薬(βブロッカー)などを用いられます。

また、冠れん縮性狭心症の場合には、れん縮予防効果のある薬(ニトログリセリン、カルシウム拮抗薬)を用います。  
②カテーテル治療:局所麻酔下で手首や足の血管から細い管(カテーテル)をいれて、治療を行います。血管を風船でひろげる(バルーン治療、ステント(金属メッシュの筒)の留置、ロータブレードという治療具で硬い病変をけずりとる方法があります。再狭窄(治療部位がまた狭くなること)の頻度が少ない薬剤溶出性ステントも使われます。

③冠動脈バイパス手術:カテーテル治療が困難な場合、全身麻酔下に動脈あるいは静脈の一部を冠動脈につなぎ、新しい血流ルートを作る手術が行われます。心臓を一時的にこめて、人工心肺装置を使って行いますが、心臓を動かしたまま手術することもあります。

## 最後に

最近新たに症状がおきたり、ふだんより強いあるいは10分以上長く続くものは不安定狭心症や急性心筋梗塞の可能性があり、がまんをしないで、速速せすになるべく早く救急車をよび病院(循環器内科)を受診しましょう。

# 栄養科通信

## 節分の食べ物で体の中から厄除けをしよう!

2月3日は節分です。節分の食べ物と言えば、豆まきに使われる“大豆”や、厄除けとして用いられる“鯛”が有名ですね。今回は、節分にまつわるこの2つの食材についてお話します。



豆まきは、鬼に豆をぶつけることにより、邪気を追い払い、一年の無病息災を願います。そして、歳の数だけ豆を食べると、その年は病気にならず、長生きすると言われています。大豆には、体で作る事のできないアミノ酸を、多く含む良質なたんぱく質が含まれています。また、コレステロールを下げる働きのある大豆レシチンや、抗酸化作用のあるサボニン、生理不順や骨粗しょう症を予防するインフラボンなど、大豆特有の優れた成分も含まれています。これらの働きによって、血管がもろくなるリスクを下げる効果があります。

鯛は、「魔除け・厄除け」として、冬の小枝に焼いた鯛の頭をさし戸口や門へ飾る風習があります。この柊は、葉のとげが鬼の目を刺し、そして鯛の臭いで鬼(災い)を追い払うという意味が込められています。鯛を食べることで、体の中の厄除けをすることができる言われています。

鯛は、時期をずらしながら全国の沿岸で水揚げされるため、旬が地域によって様々です。しかし、秋から冬にかけて獲れる鯛は地域に関わらず、脂がのりEPA(エイコサペンタエン酸)やDHA(ドコサヘキサエン酸)が多くなっています。EPAやDHAは、血液の流れをよくし、コレステロールや中性脂肪を低下させる働きがあるため、脂質異常症や動脈硬化の予防に役立ちます。

皆さんも、節分の日に大豆や鯛を食べて、邪気を払い、清々しい気分一年を送りましょう。

管理栄養士 渡辺 春香

# 聖隷

## さくら通信

Seirei Sakura Tsushin Feb. 5, 2013 発行: 佐藤 権一 vol. 103



## 第59回 佐倉市制 駅伝競走大会に参加

1月13日(日)に岩名運動公園で行われた第59回佐倉市制駅伝競走大会に聖隷佐倉市民病院から5チームが参加をいたしました。今年も医師や看護師、理学療法士、栄養科、事務職など様々な職種が力を合わせてがんばりました。

- 市民公開講座のお知らせ/ロビーコンサートのお知らせ
- 聖隷コミュニティケアセンターからお役に立つ商品情報
- 冷え性について (2) \* 狭心症について
- 各科外来担当および診療内容 \* 健康診断と自覚症状
- 栄養科通信「節分の食べ物で体の中から厄除けをしよう!」

聖隷佐倉市民病院

〒285-8765 佐倉市江原台2-36-2  
Tel.043-486-1151 Fax.043-486-8696 http://www.seirei.or.jp/sakura/

## 市民公開講座のお知らせ

当院では、地域に根ざした病院を目指し、一般市民向けに医療・健康に関する公開講座を開催しています。  
■2012年度第6回市民公開講座 .....(開場 13:30~) 平成25年2月23日(土) 14:00~15:30 (開場 13:30~)  
講師: 鈴木 理志(当院副院長・腎センター長)  
2012年度第6回市民公開講座は、副院長・腎センター長の鈴木理志による「実は盲点、腎臓病!ご自身の尿検査結果をじっくり見直してみませんか?」と題した講演を行います。  
聖隷佐倉市民病院 6Fホール・入場無料・申込不要・定員100名。  
お問い合わせ: ☎043-486-1151(代)  
聖隷佐倉市民病院 経営企画室まで

## ロビーコンサートのお知らせ

下記の日程にてロビーコンサートを開催致します。当日は、オスミさんによる歌とダンスによる楽しいコンサートを開催いたします。お時間のある方はぜひご鑑賞ください。  
●日時: 2月16日(土) 14時~ ●場所: 1階ロビー

## 聖隷コミュニティケアセンターからお役に立つ商品情報

【回転式つめきりルーベ付のご紹介】  
刃の部分を自由な角度に回転させて使用する爪切りをご紹介します。楽な姿勢で爪を切ることができ、付属のルーベをマグネットで取り付けられ、足の爪や細かい所もしっかり確認しながら切れるので安心です。

## ■製品の特長

- ☆刃が360°回転 切りやすい位置にできるので、切っただけの時も安心。
- ☆ルーベ付で見やすい 約2倍の倍率のルーベで見やすく快適。
- ☆マグネットで簡単装着



聖隷コミュニティケアセンター(院内1階、介護用品店)にて、1,155円で販売中です。是非お立ち寄りください。

## 各科外来担当および診療内容

- 各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧ください。
- 月に1度、保険証の提示をお願いいたします。
- 受付時間 8:00~11:00 (但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)
- 診療に関するお問い合わせ (直通) 043-486-8111  
月~金 9:00~17:00
- 予約受付・変更 ..... <直通> 043-486-1155  
月~金 9:00~17:00 (土は12:00まで)
- 夜間受付 ..... <代表> 043-486-1151
- ホームページ http://www.seirei.or.jp/sakura/

総合内科	月	火	水	木	金	土
初診	山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真)	山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真)	山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真)	山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真)	山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真)	山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真) 山本(真)
腎臓内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木	鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木	鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木	鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木	鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木	鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木 鈴木
消化器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤	齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤	齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤	齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤	齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤	齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤 齋藤
内分泌代謝科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	平 平 平 平 平 平	平 平 平 平 平 平	平 平 平 平 平 平	平 平 平 平 平 平	平 平 平 平 平 平	平 平 平 平 平 平
循環器科	月	火	水	木	金	土
再診	美甘 長谷川 徳山 野池 徳山(完全予約制) 丸山(完全予約制)	美甘 長谷川 徳山 野池 徳山(完全予約制) 丸山(完全予約制)	美甘 長谷川 徳山 野池 徳山(完全予約制) 丸山(完全予約制)	美甘 長谷川 徳山 野池 徳山(完全予約制) 丸山(完全予約制)	美甘 長谷川 徳山 野池 徳山(完全予約制) 丸山(完全予約制)	美甘 長谷川 徳山 野池 徳山(完全予約制) 丸山(完全予約制)
ペースメーカー外来 完全予約制	山本(真)	山本(真)	山本(真)	山本(真)	山本(真)	山本(真)
不整脈外来 完全予約制	山本(真)	山本(真)	山本(真)	山本(真)	山本(真)	山本(真)
動脈硬化症外来	山本(真)	山本(真)	山本(真)	山本(真)	山本(真)	山本(真)
健診後外来	月	火	水	木	金	土
初診・再診	久保田 久保田 久保田 久保田 久保田 久保田	久保田 久保田 久保田 久保田 久保田 久保田	久保田 久保田 久保田 久保田 久保田 久保田	久保田 久保田 久保田 久保田 久保田 久保田	久保田 久保田 久保田 久保田 久保田 久保田	久保田 久保田 久保田 久保田 久保田 久保田
専門外来	月	火	水	木	金	土
初診・再診	手塚 手塚 手塚 手塚 手塚 手塚	手塚 手塚 手塚 手塚 手塚 手塚	手塚 手塚 手塚 手塚 手塚 手塚	手塚 手塚 手塚 手塚 手塚 手塚	手塚 手塚 手塚 手塚 手塚 手塚	手塚 手塚 手塚 手塚 手塚 手塚

神経内科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	水室 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達)	水室 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達)	水室 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達)	水室 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達)	水室 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達)	水室 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達) 山本(達)
呼吸器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	白井 栗林 松澤 藤田 藤田 藤田	白井 栗林 松澤 藤田 藤田 藤田	白井 栗林 松澤 藤田 藤田 藤田	白井 栗林 松澤 藤田 藤田 藤田	白井 栗林 松澤 藤田 藤田 藤田	白井 栗林 松澤 藤田 藤田 藤田
メンタルヘルス科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	榎原 榎原 榎原 榎原 榎原 榎原	榎原 榎原 榎原 榎原 榎原 榎原	榎原 榎原 榎原 榎原 榎原 榎原	榎原 榎原 榎原 榎原 榎原 榎原	榎原 榎原 榎原 榎原 榎原 榎原	榎原 榎原 榎原 榎原 榎原 榎原
和漢診療科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺	永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺	永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺	永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺	永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺	永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺 永嶺
緩和医療科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	村上 村上 村上 村上 村上 村上	村上 村上 村上 村上 村上 村上	村上 村上 村上 村上 村上 村上	村上 村上 村上 村上 村上 村上	村上 村上 村上 村上 村上 村上	村上 村上 村上 村上 村上 村上
リウマチ膠原病外来	月	火	水	木	金	土
完全予約制	縄田 縄田 縄田 縄田 縄田 縄田	縄田 縄田 縄田 縄田 縄田 縄田	縄田 縄田 縄田 縄田 縄田 縄田	縄田 縄田 縄田 縄田 縄田 縄田	縄田 縄田 縄田 縄田 縄田 縄田	縄田 縄田 縄田 縄田 縄田 縄田
小児科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	森 川村 川村 森 川村 森	森 川村 川村 森 川村 森	森 川村 川村 森 川村 森	森 川村 川村 森 川村 森	森 川村 川村 森 川村 森	森 川村 川村 森 川村 森
腎臓外来	月	火	水	木	金	土
初診・再診	川村 川村 川村 川村 川村 川村	川村 川村 川村 川村 川村 川村	川村 川村 川村 川村 川村 川村	川村 川村 川村 川村 川村 川村	川村 川村 川村 川村 川村 川村	川村 川村 川村 川村 川村 川村
外科	月	火	水	木	金	土
初診	武内 有田 小池 磯崎 大島	武内 有田 小池 磯崎 大島	武内 有田 小池 磯崎 大島	武内 有田 小池 磯崎 大島	武内 有田 小池 磯崎 大島	武内 有田 小池 磯崎 大島
皮膚科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合
眼科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合
泌尿器科	月	火	水	木	金	土
初診	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西
形成外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	宇井 宇井 宇井 宇井 宇井 宇井	宇井 宇井 宇井 宇井 宇井 宇井	宇井 宇井 宇井 宇井 宇井 宇井	宇井 宇井 宇井 宇井 宇井 宇井	宇井 宇井 宇井 宇井 宇井 宇井	宇井 宇井 宇井 宇井 宇井 宇井
リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	南 富田 富田 富田 富田 富田	南 富田 富田 富田 富田 富田	南 富田 富田 富田 富田 富田 富田	南 富田 富田 富田 富田 富田 富田	南 富田 富田 富田 富田 富田 富田	南 富田 富田 富田 富田 富田 富田
脳神経外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	富田 富田 富田 富田 富田 富田	富田 富田 富田 富田 富田 富田	富田 富田 富田 富田 富田 富田	富田 富田 富田 富田 富田 富田	富田 富田 富田 富田 富田 富田	富田 富田 富田 富田 富田 富田
泌尿器科	月	火	水	木	金	土
初診	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西	神谷 五十嵐 大西 大西 大西 大西
眼科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合	谷合 谷合 谷合 谷合 谷合 谷合
皮膚科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	三津山 三津山 三津山 三津山 三津山 三津山	三津山 三津山 三津山 三津山 三津山 三津山	三津山 三津山 三津山 三津山 三津山 三津山	三津山 三津山 三津山 三津山 三津山 三津山	三津山 三津山 三津山 三津山 三津山 三津山	三津山 三津山 三津山 三津山 三津山 三津山
耳鼻咽喉科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	大熊 大熊 大熊 大熊 大熊 大熊	大熊 大熊 大熊 大熊 大熊 大熊	大熊 大熊 大熊 大熊 大熊 大熊	大熊 大熊 大熊 大熊 大熊 大熊	大熊 大熊 大熊 大熊 大熊 大熊	大熊 大熊 大熊 大熊 大熊 大熊
放射線治療科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	川上 川上 川上 川上 川上 川上	川上 川上 川上 川上 川上 川上	川上 川上 川上 川上 川上 川上	川上 川上 川上 川上 川上 川上	川上 川上 川上 川上 川上 川上	川上 川上 川上 川上 川上 川上

## 健康診断と自覚症状

健診センター 看護師 戸塚 敦子

健康診断は“生活習慣病”や“がん”などを早い段階で発見し、早期に治療し大病にならないようにする事を目的で行なっています。

そのため、健康診断では当日の血液・心電図・レントゲン撮影等による結果だけで判定するのではなく、過去の検査結果を参照したり、病歴、病気の家族歴、自覚症状についてもお尋ねし判定に役立っています。

今回、注意したい自覚症状について2点を以下に記します。健康診断の際に異常がないからといって放っておいてしまうと、病気が隠れている場合があるので気を付けて下さい。

### 1ヶ月以内に動悸または2分以上の胸のしめつけがある

健康診断での安静時の短時間の心電図では異常が表れないことがありますが、異常がないからといって安心できません。心臓病は一刻を争う場合もありますので、動悸や胸痛を感じたら、一度循環器科を受診しましょう。

### 便に血が混じることがある

血便がある場合、“痔”と自己判断されたり、また実際に“痔”がある場合でも、血便の原因が必ずしも“痔”だけであるとは限りません(病気が一つだけとは限りません)。血便症状があった方は、大腸カメラなどの精密検査を受けることをお勧めいたします。

※自覚症状が強い場合は、健康診断よりも先に医療受診をお勧めします。当ではまる方は、かかりつけの医師にご相談ください。

Seirei Sakura Tsushin Feb. 5, 2013 vol.103

## 冷え性について(2)

和漢診療科 永嶺 宏一

1月末から2月初めにかけては寒さのピークを迎えている時期ですが、前回に引き続き、冷え症に使用する薬について述べます。冷え症に対しては、附子、乾姜(ひねショウガを乾したもの)、呉茱萸(とても苦い薬です)などの、体を温める生薬を組み合わせた方剤が役に立ちます。

手足が冷えて寝るときに湯たんぽなどが必要な場合は、附子や附子末を普段から使用している漢方薬に加えて使います。附子はトリカブトの根ですが、冷え症、痛み、浮腫み等の治療に無くてはならない生薬です。附子末は毒を処理してあり、副作用が出にくくしてあります。普段は1日に1~1.5g位から始め、2g、3g、4.5gといった様に少しずつ増やしていきます。人により量は異なりますが、しっかりと効いてくると手足や身体が温まり体の調子が良くなります。ただ時として効きすぎて、足の火照り、体の火照り、動悸などが起きたりしますが、その時は附子を減量するか、中止するようにします。

その他に、冷え症に使う代表的な方剤を挙げます。①腰から下が冷える時、昔の人は「腰が冷えて水中に坐している様な」と言っていますが、そのような場合には苧蓉甘湯。②手足が冷えて霜焼けが出来る時には当帰四逆加呉茱萸生姜湯。③下半身が冷えるが上半身がむしろ火照るような場合には五積散。④年記者で新陳代謝が低下し体が温まらず足腰が冷えるような場合は八味丸。⑤冷え症があり眩暈、動悸、下痢、腹痛などがある場合は真武湯。⑥体が芯から冷えているような場合、煎じ薬で茯苓四逆湯という薬を使いますが、エキス製剤で人参湯と真武湯を合わせてその代わりに使う場合もあります。

以上のような方剤をうまく組み合わせることで、冷え症を乗り切ってください。

