

もっと知りたい、健康のこと。

静岡赤十字病院広報誌

2015年・夏号

vol. 336

|季|刊|発|行|

日赤News

[特集] 誰もが発症する可能性を秘めた

狭心症の 原因・治療法・予防策

information

「糖尿病教室」のお知らせ
「腎臓病教室」のお知らせ
「赤十字講習会」のお知らせ

ほっとニュース


幸福のシンボル「すずらん」をお届け
幸せを願ってANAグループから
患者さんへの贈り物

早い・おいしい! 15分クッキング

暑い季節にうれしい茶ちゃつと簡単サラダそば

平成28年度新規採用助産師・看護師募集

写真は当院で働くスタッフが毎号出ます。


 注目の
トピックス

今号のテーマ: 狭心症

誰もが発症する可能性を秘めた 狭心症の 原因・治療法・予防策

今春当院では、心臓血管外科医のスペシャリスト、大倉一宏医師を迎えました。今回は老化によって発症しやすくなる狭心症についてお話を伺います。胸の締め付けを感じたら、まずは医師に相談してみましょう。

 教えて
ドクター
Q & A

 心臓外科部長
大倉一宏医師

神奈川県出身。今年4月より当院赴任。高1の長男、中1の次男・長女(双子)のパパ。休日には家族が暮らす浜松に帰り、子供の部活の練習試合に足を運ぶのが最近の楽しみ。自身も2歳の時に心臓手術を経験している。

Q 心臓血管外科で扱う疾患って？

A 心臓に関しては、心筋を栄養する血管、冠動脈が狭窄・閉塞をきたす狭心症や心筋梗塞症、弁に硬化や機能不全が生じる弁膜症などがあります。大動脈に関しては、主に動脈硬化が原因で大動脈が徐々に拡大する大動脈瘤や突然の激しい胸痛で発症する急性大動脈解離などがあり、特に後者は救命のために緊急手術を要する場合も多く存在します。また、足の動脈が狭窄・閉塞し、下肢痛や潰瘍、壊死が出現する下肢閉塞性動脈硬化症や静脈瘤などもあり、心臓と全身の血管の疾患を扱います。

Q 具体的な治療方法は？

A 狭心症や心筋梗塞症には、患者さん自身の体の別の部分から血管を採取して、狭窄・閉塞している血管の先へ繋ぎ合わせます。こうして血流を改善させるのが冠動脈バイパス手術。弁膜症に対しては、人工弁置換術を行う場合や、機能不全の程度や病変部により自身の弁を治す弁形成術を使い分けます。大動脈瘤の場合には、コブとなった部分を人工血管に置換する手術や、コブの部位や患者さんの状態により血管内治療(ステントグラフト)を使い分けます。また、下肢閉塞性動脈硬化症に対する下肢血行再建や静脈瘤に対するレーザー治療なども、血管外科と協力して治療します。急性大動脈解離については、病変の部位などにより、緊急の人工血管置換術もしくは厳重な安静降圧療法のいずれかを選択します。



狭心症がどんな病気か ご存知ですか？

心臓に血液を送る冠動脈に動脈硬化が生じて血管が狭くなる、十分な血液が送れなくなり、体を動かすと、全身に血液を送るため心臓の仕事量が増えます。でも狭くなった血管では、それに見合った分の血液を送れません。この時に胸が締め付けられ、安静にすると症状が落ち着く：これが狭心症です。さらに進行すると、心筋梗塞になります。胸痛、圧迫感、冷汗、胃の不快感、吐気、肩や首、歯の違和感や痛みなど症状はさまざまで、息切れ、呼吸困難など心不全症状が表れることも。

狭心症の原因となる「動脈硬化」は、年齢とともに出現する血管の老化現象で、完全に予防することはできません。一方、動脈硬化が進行しやすい危険因子として、高血圧、糖尿病、高脂血症、肥満、喫煙、家族歴などが挙げられ、危険因子が複数あると、より動脈硬化のリスクが高まります。厚生労働省発表の2013年人口動態統計によると、死因で最も多いのが悪性新生物、2番目が心疾患で、年間約20万人の方が亡くなっています。

知っておきたい 狭心症の治療と予防策

血液検査、運動負荷心電図や心臓核医学検査などの検査結果、狭心症が疑われた場合、心臓カテーター検査を行います。細い管を用いて冠動脈に造影剤を直接注入し、どこにどの程度の病気が存在するのか診断。結果に基づき内服治療、カテーターによる治療、より重症な場合には手術が選択されます。

狭心症に対する手術が右ページで紹介した冠動脈バイパス手術です。数年前に天皇陛下が受けられました。手術後の死亡率は17.5%、脳梗塞も術中や術後に1.02%の確率で発生します。もともと機能が悪い、脳梗塞既往がある方は手術の危険率が少し上がるため、執刀医から説明を聞いて納得したうえで手術を受けることが重要です。

狭心症は老化現象であり、完全に予防することはできません。対策としては、規則正しいストレスの少ない日常生活を心がけ、塩分、コレステロールを控え、禁煙も重要です。冬場は急激な温度差に注意しましょう。現在内服治療中の方も、知らないうちに病状が進行する場合があります。定期的な精密検査を受けることをおすすめします。

図1) 2013年 人口動態統計による死因割合

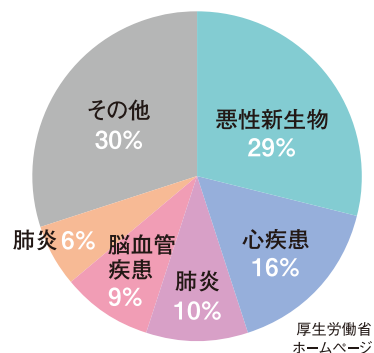


図2) 冠動脈バイパス手術の現状と我々の成績

	学会報告	我々の結果 (最近2年間)
単独初回手術死亡率	1.75%	0%
手術後脳梗塞発症率	1.02%	0%
平均バイパス本数	2.97本	4.30本
70歳以上比率	53%	49%
80歳以上比率	12%	10%

日本冠動脈外科学会 2013年アンケート調査



前任地の浜松医科大学では、年間約200例の心臓大血管手術のうち冠動脈多枝バイパス、僧帽弁形成、大動脈基部・弓部人工血管置換術など複雑・高侵襲手術を中心に約半数を執刀

▶ INFORMATION

平成28年度 新規採用助産師・看護師募集

やりがいのある職場で共に育つ!

平成28年3月資格取得見込みの方
救急・産科領域で働いてみませんか!
お気軽にご相談ください。※病院見学は随時受付中
採用試験開催日/毎週月曜日

【問い合わせ・申込み先】

静岡赤十字病院 看護部または総務課人事・労務係
TEL 054-254-4311 (代表)

E-mail kango@shizuoka-med.jrc.or.jp

☆看護部ブログやっています!ホームページもみてね!

表紙を飾った静岡赤十字病院スタッフ

診療放射線技師 左から
門木達哉さん 飯塚太路さん 杉山奈穂さん

レントゲン撮影やCT、MRI、血管造影など、各診療科からの依頼によって検査を行う放射線科。技師として7年目の飯塚さんは患者さんと触れ合う中でコミュニケーション能力が鍛えられたという。6年目の門木さんは自身の交通事故がきっかけで技師になったそう。杉山さんは異業種から転身して2年目。現在、マンモグラフィの認定試験に向け勉強中。「技術向上はもちろん、リラックスして検査ができるよう心掛けています」と患者さん思いの3人でした。





幸福のシンボル「すずらん」をお届け 幸せを願ってANAグループから 患者さんへの贈り物

毎年恒例となった、ANAグループ(全日本空輸株式会社)から全国47の赤十字施設へ贈られるすずらんの鉢としおり。今年はそれらに、すずらんの切り花も加わり、ここ静岡でも6月3日に病棟ラウンジで贈呈式が行われました。北海道千歳市近郊で可憐に咲いたすずらんと、グループ社員の皆さんが心を込めて手作りした400枚ものしおりを届けてくださったのは、静岡県出身の客室乗務員・畠中宏美さん。「幸せ」「幸福の再来」などの花言葉を持つすずらんに「たくさんのしあわせが訪れますように」と、入院患者さんの代表者へ手渡されました。ANAグループで昭和31年から行っているこの活動。静岡では富士山静岡空港開港を機にはじまり、7回目を迎えました。すずらんの優しい香りに患者さんもほっと和んだ様子でした。



産まれたばかりのベビーにもすずらんがとどけられました

患者さんをはじめ、院長、看護師もすずらんに癒やされました



たくさんのしあわせを願っています。



INFORMATION

「糖尿病教室」のお知らせ

- 糖尿病について(村上医師・糖尿病専門医)
…7/17(金)、8/7(金)、9/4(金)
※参加人数により開催しない場合がありますのでご了承ください(電話でお問い合わせください)
 - 検査・運動について……7/10(金)、8/14(金)、9/11(金)
 - 食事・薬について……7/3(金)、8/21(金)、9/18(金)
 - 網膜症・日常生活について……7/24(金)、8/28(金)、9/25(金)
 - 食事会……7/15(水)、8/26(水)、9/16(水)
- 申し込み・お問い合わせは、別館 栄養課まで
TEL.054-254-4311(代) / 内線3103

「腎臓病教室」のお知らせ

- 尿検査はなぜ大事なの?…7/28(火)
 - 腎性貧血について(カルシウム・リンについて)…9/15(火)
- お問い合わせは、別館 栄養課まで
TEL.054-254-4311(代) / 内線3103

「赤十字講習会」のお知らせ

- 「健康生活支援講習 支援員養成講習」
～高齢者の健康と安全について学びます～
7/28(火)、29(水)、30(木) 10:00～15:00 …締め切り7/14(火)
9/8(火)、9(水)、10(木) 10:00～15:00 …締め切り8/25(火)
申し込みは、別館2階の訪問看護室まで(午前中のみ)



栄養課
考案
1人分
420kcal

おいしい!
早い!
15分クッキング
暑い季節にうれしい
茶ちゃつと簡単
サラダそば

市販のめんつゆにゴマドレッシングを加えたタレと温泉卵がマッチして、たっぷり野菜がとれる麺料理です!

- 材料 2人分
- 茶そば(乾麺)…………… 160g
 - お好みの野菜(レタス、胡瓜、水菜など)…… 適量
 - ミニトマト…………… 適量
 - カニかま…………… 4本
 - 市販の温泉卵…………… 2個
- A
- めんつゆ(3倍濃縮)…… 大さじ2強
 - 水…………… 1/4カップ弱
 - ゴマドレッシング…………… 大さじ2
- お好みで韓国のに、桜えびなど

1. 茶そばは茹でて洗い、野菜は食べやすい大きさに切る。
2. 器に水気を切った茶そばをのせ、野菜、ミニトマト、カニかま、温泉卵を盛り付ける。
3. よく混ぜ合わせたAをかけ、お好みで韓国のにや桜えびなどをトッピングする。