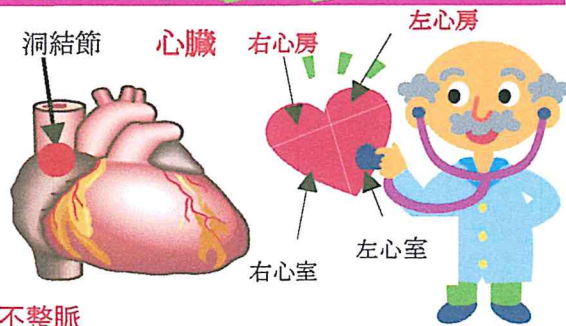


不整脈1、(心房細動)



■ 不整脈

心臓の4つの部屋(右心房、左心房、右心室、左心室)がリズムカルに収縮と拡張をすることによって心臓は絶え間なく全身に血液を送り出しています。

心臓の上部にある**洞結節**(どうけっせつ)という部分が**電気刺激**を発生させて心臓を規則正しく収縮させています。(脈拍:1分間に60~100回位)

「**不整脈**」とは.....この**電気刺激**が正常に働かなくなって、脈が不規則になってしまう状態をいいます。不整脈はほとんどの人にありますが、放って置いても怖くない不整脈と怖い不整脈があります。

■ 不整脈のタイプ

不整脈には大きく分けて3つのタイプがあります。

★**除脈**:脈拍数が遅くなる。(1分間に**50回未満**)

房室ブロック、洞不全症候群など。

★**頻脈**:脈拍数が速くなる。(1分間に**100回以上**)

心房細動、心室細動、心室頻拍、
発作性上室性頻拍、WPW症候群など。

★**期外収縮**:脈拍が不規則(脈拍が飛ぶ)

ほとんどの人が経験し、治療の対象にならないことが多い不整脈です。



- 「**危険な不整脈**」には「**心房細動**」、「**心室頻拍**」「**心室細動**」などがあり、普段**心臓病**(心筋梗塞、心筋症など)や**脳梗塞**、**腎梗塞**をお持ちの方、**血圧**の高い方やお年寄りの方は要注意です。
(不整脈の正確な種類や病名をメモしておきましょう)

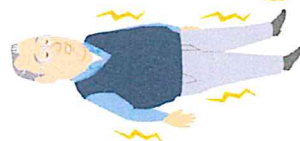
■ 「心房細動」と症状

心房細動とは両心房(右心房、左心房)が小刻みに震えるような動き(細動)をとるため、心房がうまく収縮しなくなり、**血液を心室に送りこむ機能が低下**してしまいます。

そのため脈が急に速くなったり、遅くなったりするので、**動悸や胸苦しさ**などの**不快感**を感じます。冷や汗を伴うこともあります。(慢性心房細動では症状が全くない方もいます。)



心房細動は高齢者の不整脈の代表で、心房内に**血栓**(血液の固まり)を作りやすく、これが血流に乗って脳血管や腎血管に詰まって、**脳梗塞**や**腎梗塞**の原因になることがしばしばです。(心房細動による脳梗塞は梗塞の範囲が大きく重症になりやすい。さらに何度も脳梗塞を繰り返すことがありますので注意が必要です。(ワーファリン、アスピリンなどの抗血栓薬の服用)



<こんな症状の不整脈は危険です>

⇒病院へ

- 急に意識がなくなる。
(一時的心停止や激しい頻脈の可能性がありますが。)
- 体を動かすと強い息切れがする。
(脈拍が1分間に40以下、遅くなりすぎ心不全を起こしている可能性があります。)
- 突然動悸が起こる。

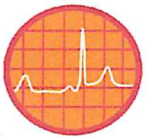


■ 不整脈の検査

発作的に出現する不整脈は通常の心電図検査で記録されないことが多いため



24時間ホルター心電図検査。
運動負荷心電図検査(トレッドミル)。
心臓超音波検査などで確認します。
特殊検査(カテーテルを挿入して検査)



■ 不整脈の予防法

◎肥満や高血圧、喫煙、ストレス
暴飲暴食など生活習慣に気を
つけましょう。

◎脱水に気をつけましょう。

ノドが乾いたら水分をとる、又乾いたら又水分をとるなどのようにこまめにとりましょう。(汗・熱が出たとき・アルコールを飲んだ後など)

