

# ドクターからの 健康アドバイス

- ※本ページの内容は当院の医療専門職が監修・執筆しています。
- ※内容は一般的な健康情報であり、診断・治療を目的としたものではありません。
- ※本ページには医師以外の医療専門職による記事も含まれます。

教えて 佐久間先生

## きょけつせいしんしっかん 虚血性心疾患

は〜い♡



内科(循環器) 副部長  
佐久間 孝雄 先生

虚血性心疾患って耳慣れない言葉ですね。心臓にある冠動脈がかんどうみやく狭くなったり、詰まったりして、血流が悪くなって起こる病気の総称です。循環器専門医の佐久間先生に聞きました。❤️



冠動脈ってどんな血管ですか？

冠動脈は心臓の表面にある血管で、心臓に酸素をたくさん含んだ血液を供給しています。簡単に言うと、心臓にエネルギーをあげる存在です。

### 心臓は働き者

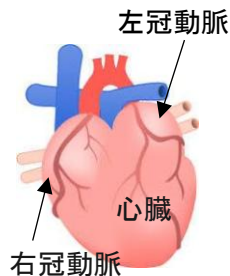
心臓は1日約10万回の収縮拡張(拍動)を繰り返します。  
1年では約3679万回。  
50年ではなんと  
18億回!!

### え〜♡ 冠動脈ってそんなに細いの?!

冠動脈は直径たった3mmの細い血管です。心臓は1回の拍動で60ccの血液を全身に送り、うち冠動脈には3ccが流れ込みます。

では、1日ではどれぐらいでしょうか？ざっと計算すると…

$3\text{cc} \times 10\text{万回/日} = 300\text{cc}$  ㉔! 牛乳パック300本相当の血液が流れ込むことになります。すごいですね!!



冠動脈が詰まったらどうなるの？

この細い冠動脈が狭窄(狭くなる)や閉塞(詰まる)してしまったら、狭心症や心筋梗塞になる恐れがあります。





狭心症と心筋梗塞の違いは何ですか？

狭心症は、冠動脈が狭くなって血流が減ることにより、動悸や胸の圧迫感などの症状が出ますが、15分以内で治まります。

心筋梗塞は、冠動脈が閉塞して心臓への血流が途絶え、その部分の心筋細胞が壊死するほど悪化した状態で、症状が長く続きます。



**胸痛、胸の圧迫感、みぞおちの痛み 等**

**20分以上続くと心筋梗塞に!!  
後遺症を残したり、命にかかわることも!**



予防はできますか？

禁煙など生活習慣の見直しをしましょう。また、定期的な健康診断は早期発見につながります。

かかりつけ医を持って、薬の管理や生活習慣についての指導を受けることもお勧めです。



### **虚血性心疾患の危険因子**

- ・喫煙
- ・高血圧
- ・糖尿病
- ・動脈硬化
- ・高コレステロール血症 等

**心当たりのある方、要注意です!**

ドキドキしたりハラハラしたり、そしてときにはキュン♥としたり。毎日の暮らしのなかで、心臓の存在を感じるシーンはたまにあります。でも、いつもと違うドキドキ(動悸)やキュー(胸の締めつけ)を感じたときは、早目の受診が肝要です。

★佐久間先生 初診担当日；水曜日 受付時間 8：30～11：30