

増加する心臓突 「不整脈」の早期

然死 治療で防ぐ!

増加傾向にあるという、心臓の異常が原因の突然死。元気に働いていた人が突然意識を失い、帰らぬ人となる。そうした恐ろしい病気が身を守るためにはどうすればいいのか。



不整脈治療が専門の
井上医師

日本での心肺機能停止の状況

年	心肺機能停止 傷病者	心原性の 心肺機能停止
2005	102,738	56,412
06	105,942	57,182
07	109,461	59,001
08	113,827	63,283
09	115,250	64,959
10	123,095	68,293
11	127,109	71,660
12	127,866	73,023
13	123,987	75,397

出典：消防庁 平成26年版 救急救助の現況 (単位：人)

消防庁によると、2013年度に日本国内で心肺機能の停止により救急搬送された人は、前年比約4000人減の約12万4000人。ところが、そのうち心臓に起因する心原性心肺機能停止患者の数は7万5000人で、09年から1万人以上も増加している(左の表参照)。そして、そのほとんどが若い命を失っている。「いわゆる心臓突然死が増えているのは、高齢化ばかりが理由ではありません」と話すのは、循環器病専門病院の桜橋渡辺病院(大阪市北区梅田)で不整脈科長を務める井上耕一医師。

「事実、働き盛りの心臓突然死が年々増えています」そう続ける井上医師は、その原因のほとんどが不整脈によるものと指摘する。日本循環器学会などによる「心臓突然死の予知と予防法のガイドライン」(2010年改訂版)も突然死を不整脈による死亡と捉えている。そもそも、不整脈とは何か。井上医師は、こう説明する。

「心臓は心筋という筋肉の塊が電気信号に応じて脈打ちながら、血液を全身に送り出す大切なポンプの役割を担っています。この電気の流れに支障が起きて、脈が遅くなったり(徐脈)、脈が速くなったり(頻脈)、遅くなったり(徐脈)するものが不整脈です」

「心室頻拍」だ。いったん心室細動が起こると、わずか10秒で意識を失って昏倒し、放置しておく約5分で命が奪われる。逆に脈が極端に遅くなる徐脈で心臓が止まる場合もある。唐突に我が身を襲う危険な不整脈から身を守る術はあるのだろうか。実は、死に至る不整脈を起す人は、もともと心筋梗塞や狭心症、心筋症など何らかの心臓の病気を抱えている、心臓のポンプ機能が衰えていることが多い。「不整脈を確実に予防する方法はありませんが、心臓の病気を予防することが不整脈の回避にもつながります」(井上医師)

保険適用の植え込み型機器も有効

一方、脈が異常に速くなる頻脈性不整脈には幾つかの治療選択肢がある。「第一に、すでに患っている心疾患の治療を強化する」

大人の手のひらにすっぽり収まるサイズの「CRT-D」



テーテル)を心臓まで挿入し、そこから高周波の電流を流して異常の原因部位を焼き切るカテーテル・アブレーションと呼ばれる治療法もある。だが、これらの治療で致死性不整脈を完全に攻略できるわけではな

い。井上医師が強調する。「心室細動や心室頻拍を起こすリスクが高い患者さんには、ICD(植え込み型除細動器)を手術で植え込むのが最も効果的です」この医療機器は常に心臓の状態を監視して、不整脈の発生を感知すると即座に電気ショックで治してくれる。公共機関で目にするAED(自動体外式除細動器)を「超小型にしたもの」といえば分かりやすい。他に、

心臓の左右の収縮がずれてしまう同期不全患者向けのCRTという機器に、ICD同様の除細動機能を付加したCRT-D(両室ペーシング機能付き植え込み型除細動器)もある。危険な不整脈との闘いは時間との勝負だが、ICDやCRT-Dを体内に植え込んでいけば、たとえ心室細動が起こってもわずか10秒程度で自動的に診断、治療が完了し、後遺症さえほ

ほとんど残らないという。いづれも健康保険で治療可能だ。井上医師は言う。「機器を植え込むと、生活上、多くの制限があると思われるかもしれませんが、最新の機器ではかなり自由度が高くなっています。もちろん、通常の携帯電話使用で誤作動を起こす心配などはまったくありません」ところが、日本で植え込み型機器を使用している人の割合は米国の10分の1、ドイツの7分の1程度と欧米に比べて低い。体の中に機械を入れることへの抵抗感があるようだ。その点に

心臓病になりやすい人の生活チェック

- 魚よりも肉が好き
- お菓子が好き
- 塩分が強い味の付けが好き
- 野菜や海藻、大豆食品はあまり食べない
- 食べることが好き。多く食べがち
- アルコールを飲む機会が多い
- 標準体重を10%以上オーバーしている
- 喫煙習慣がある
- 運動は1週間に1回もやっていない
- デスクワークや車での移動が多く、歩くことが少ない
- 生活の中心は仕事である
- スケジュールは詰まっていて、30分以上休めることはめったにない
- 仕事でもなんでも、一度に二つ以上のことをやるのが好き
- 睡眠時間は1日6時間以下
- 週末も、まとめて2日休むことはほとんどない
- 旅行に出かけても、仕事の連絡をすることが多い

判定

- 5個以下** 心臓病のリスクは少ないが、チェックが果たしたところは要注意
- 6~10個** A型人間(狭心症や心筋梗塞を起こしやすいタイプ)の可能性大。食生活や運動に注意
- 11個以上** 狭心症や心筋梗塞になる可能性大。心臓病の検査を!

出典：厚生労働省ホームページより一部改変

「ICDやCRT-Dを埋め込むべきと診断されたら、それは心臓突然死の可能性が高いということ。機器の植え込みを真剣に考えるべきでしょう」

まずは予防。次に信頼できる不整脈専門医を訪ね、適切な対応をしたい。

ライター・小林和夫