

息切れ、足のむくみ…

まんせいしんふぜん

# 慢性心不全

「歳のせいだから仕方がない」「体力が落ちただけ…」  
そう言い聞かせていませんか？

## 心不全（しんふぜん）とは

心臓は全身に血液を送り出すポンプの働きをしています。  
このポンプの働きに障害がおこり、  
いろいろな症状を引き起こしている状態が**心不全**です。

### 【症状は徐々に進行していきます】

- ①坂道や階段で息切れを感じる
- ②平地を歩くときや軽い動作でも動悸や息切れがして、  
疲れやすくなる
- ③咳や痰がでやすくなる、むくみがでる
- ④横になると苦しくて眠れなくなる



朝になっても、  
むくみが良くならない



咳が出る  
苦しくて眠れない



## 急性心不全と慢性心不全

### ・急性（きゅうせい）心不全

心臓を養っている血管がつまってしまう心筋梗塞や、不整脈（ふせいみやく）などによって、  
短期間にポンプの働きが弱まり、急激に症状が出現します

### ・慢性（まんせい）心不全

心筋症や弁膜症など心臓自体の病気や高血圧などが原因で長年にわたって症状が続き、  
緩やかに症状が増悪します

慢性心不全は高血圧、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病との関連性が高く、  
高齢になるほど発症する人が多くなります。

高齢化がすすむ日本では、これからますます慢性心不全をもつ人が増えると考えられています。

裏面は診断方法と治療、予防について→

# 診断と治療のながれ

## 検査

胸部レントゲン、心電図、血液検査、心臓超音波検査、心臓カテーテル検査などで心臓の状態を調べます。また、心不全の原因となる病気をさがします。



[心臓超音波検査]

## 治療

症状が強い場合や腎臓などほかの臓器に障害が出ている場合は入院して治療を行います。

- **薬物療法**  
血管拡張薬（血管を広げる薬）や利尿薬（尿を出す薬）、強心薬（心臓の動きを強くする薬）の点滴や内服をします。
- **食事療法** 水分や塩分を控えます
- 心不全の原因疾患に対する治療

# 悪化を繰り返さないために、**予防**が大切です

- ・ 高血圧や糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病をしっかり治療する
- ・ 風邪などの感染症に気をつける
- ・ 禁煙
- ・ 過度の飲酒、不眠、ストレスを避ける
- ・ 血圧や体重測定、適度な運動を心がける



[心臓リハビリテーション]

高齢の方は心不全が悪化して入院と退院を繰り返すことが多くなります。また、息切れするために運動を控えると、徐々に体力が落ちて、ますます生活の質が悪くなってしまいます。

当院では心不全の患者さまも、より快適で質の良い生活を送れるように、

**心臓リハビリテーション**や栄養指導を含めたサポートを行っています。

「今までできていたことが、息切れでできなくなった」、「1週間で体重が2-3kg増えた」場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

## ◆循環器内科診療日のご案内

| 時間／曜日                              | 月     | 火     | 水     | 木     | 金              | 土   |
|------------------------------------|-------|-------|-------|-------|----------------|-----|
| 午前受付<br>8:00～12:00<br>(診察) 9:00～   | 川辺 正之 | 岡島 清貴 | 松田 晶子 | 菊池 朋子 | 川辺 正之          | 担当医 |
| 午後受付<br>12:35～17:00<br>(診察) 14:00～ | 岡島 清貴 | 菊池 朋子 |       | 下倉 和修 | 下倉 和修<br>松田 晶子 |     |

📞 お問い合わせ先 Tel 048-665-6111 (病院代表)



医療法人社団協友会

彩の国東大宮メディカルセンター

広報委員会 承認No.10 (2019.12)