

教えて！ ドクター Q&A

(株)宣通 (052) 979-1600 広告

Q 高齢とともに「心不全」になりやすいと聞きました。予防もできると聞きましたが、どのような方法でしょうか。



A 心不全とは、心臓が悪いために息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気です。高齢者における心不全の頻度は成人例に比べ、約10倍となっています。その理由は心不全の基礎疾患である冠動脈疾患、高血圧性心疾患、弁膜症、肺性心、心筋症などの頻度が加齢により高くなることです。さらに心不全の誘因となる感染症、心筋虚血発作、不整脈、貧血などが多く見られるからです。左室の収縮能が保たれた心不全の病態が着目されています。心臓の筋肉が硬くなり左室の拡張障害が起こることが原

因です。高齢者に多く高血圧が先行することが多い。心不全は活動性の低下、食欲不振、筋肉量減少や質の変化からサルコペニア（筋肉量の減少を主体とした身体機能低下状態）を生じ、さらにサルコペニアは心不全を増悪するという悪循環に陥りります。心不全の予防は、基礎疾患を治すことと誘因を除去あるいは是正することです。禁煙、節酒はもちろんのこと、減量、食事療法、運動療法が薦められます。冠動脈疾患や弁膜症に対する手術もあります。また、感染症予防としてインフルエンザワクチン、肺炎球菌ワクチンも必要です。サルコペニア予防のための運動介入、栄養指導が求められます。特に高齢者ではタンパク質を充分摂取することが大切です。



院長 早瀬 修平
(はやせ希望クリニック)

名古屋大学大学院医学研究科修了。医学博士。米国ニューヨーク市Francis Delafield Hospital、Harlem Hospital Center外科レジデント。ミネソタ州Mayo Clinic胸部心臓血管外科留学。金沢医科大学心臓血管外科講師、名古屋大学胸部外科助手、名古屋第一赤十字病院胸部外科部長。1997年4月より現職。