

教えて！ ドクター Q&A

(株)宣通 (052) 979-1602 広告

Q 心筋梗塞は猛暑に多いと聞きました。が、なぜですか。予防できることはありますか。

A 心筋梗塞の発生率が最も高い季節は冬です。寒さで血管が収縮して、血圧が上がります。血栓もできやすくなるためです。一方で、猛暑の夏にも心筋梗塞が増えることがわかっていま

す。心筋梗塞は、冠動脈が徐々に狭くなって完全に詰まるといふよりも、不安定プラーク（冠動脈の内側に脂質、コレステロール、炎症細胞がたまってできたかたまり）が突然破綻し、その場所に血栓が一気にできて冠動脈が閉塞して発症することが多いのです。

心筋梗塞が猛暑に多い

原因として次のようなことが考えられます。暑さにより交感神経が活性化し血圧や心拍数が変動しプラークにかかる圧力が増えます。高温環境では、体内で炎症反応や酸化ストレスが強まりやすくプラークを覆う膜が弱くなります。汗をかくと体内の水分が減り脱水になり、血液の粘度が上がります。プラークが少し傷つくだけでも血栓が急速に大きくなります。予防としては、こまめに水分補給をする。のどが渇く前に飲むことが大切です。炎天下の激しい運動を避ける、エアコンを適切に使用して室温を調節する、などがあげられます。



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。