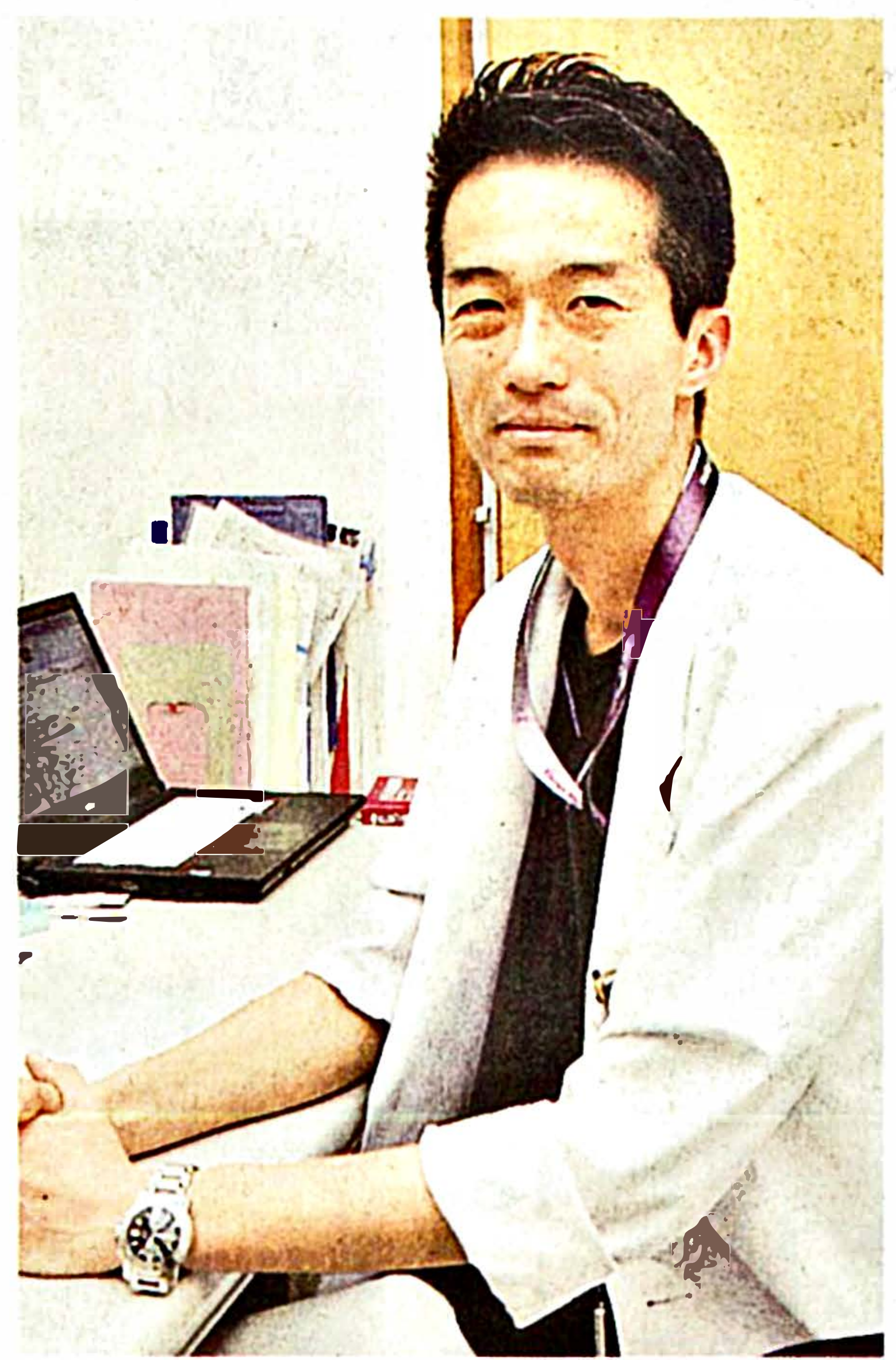


香川の
医療
最前線

342



◆なんば・つねたつ 2000年香川医科大学(現香川大医学部)卒。心臓病センター棟原病院、内海病院(現小豆島中央病院)などを経て、14年2月より現職。日本循環器学会専門医、日本内科学会認定内科医。岡山県津山市出身。42歳。

心臓の機能が何らかの原因で弱り、血液を十分に送り出せなくなる心不全。高齢化社会を背景に、今後さらに患者が増えると予想されるため、高齢患者の早期発見・治療、予防が重要となる。KKR高松病院心臓血管病センター循環器内科医長の難波経立氏に、高齢者の心不全治療の現状について聞いた。

心不全の症状とは。心不全のうち、何らかの心臓の病気により急激に呼吸困難やむくみを生じる状態が「急性心不全」。症状がいったん安定している状態が「慢性心不全」と呼ぶ。心不全のうち、何らかの心臓の病気により急激に呼吸困難やむくみを生じる状態が「急性心不全」。症状がいったん安定している状態が「慢性心不全」と呼ぶ。

高齢者の心不全

体力低下で表面化

患者支援へ「チーム医療」

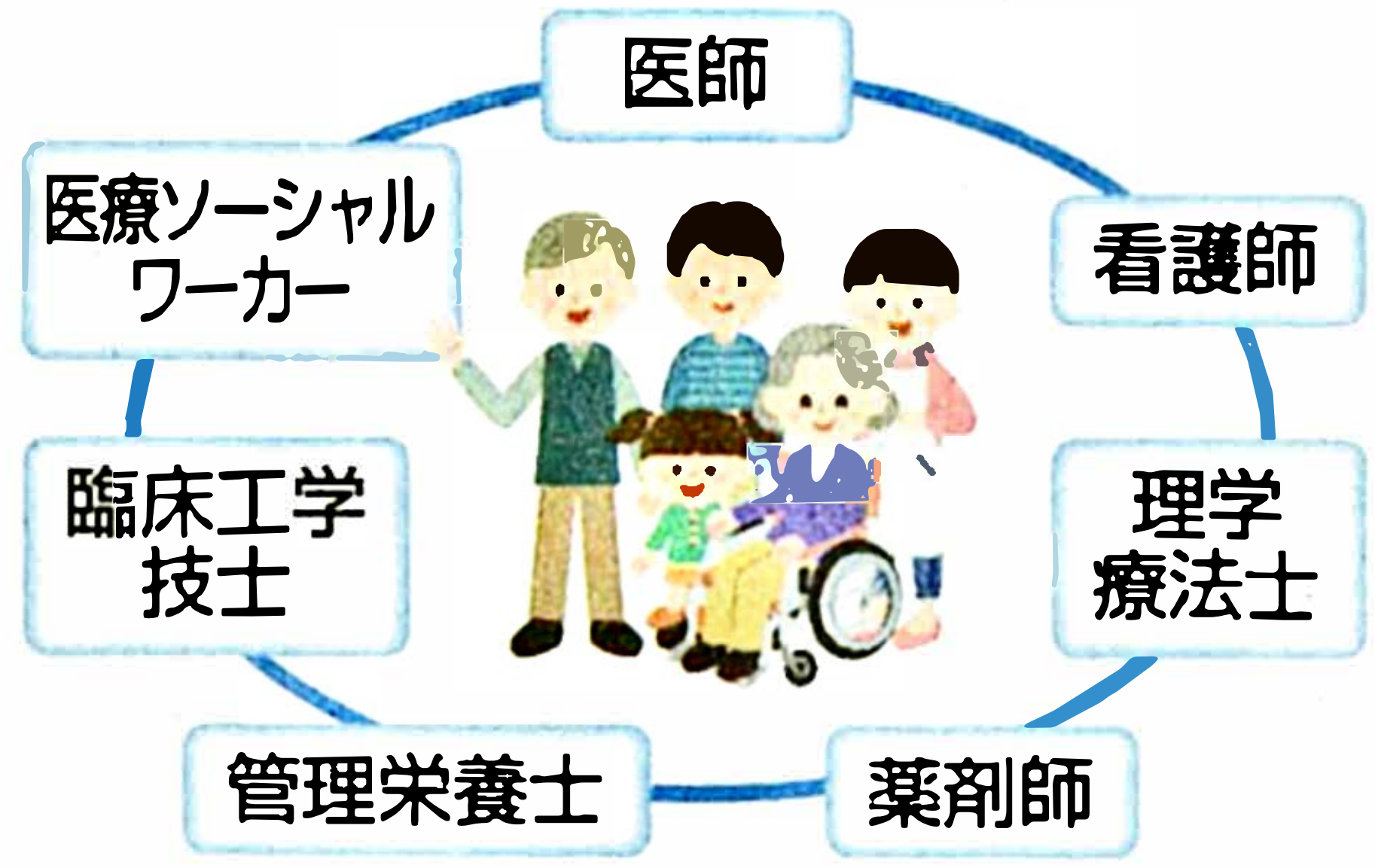
現在、国内に約100万人の患者がいるとされ、2030年までに約130万人にまで増加すると予想されている。心不全の症状は、体力の低下によっても表面化しやすい。そのため、人口の高齢化が進めば、今後ますます患者数が拡大し、「心不全パンドミック(大流行)」と呼ばれる状態に陥るのは時間の問題だ。

高齢者の場合、腎臓病や脳梗塞、認知症といった他の病気を併発していることも多く、心不全の治療に影響するケースがある。高齢者の心不全治療は、手術などで状態が良くなる場合も、心臓の病気を根治する方法は今のところない。そこで、薬に

心不全が再発し、入院を繰り返す場合がある。チームのメンバーが薬の管理方法、運動や食事、生活における注意点などについて、それぞれの分野の専門知識を生かしてサポートすることで、病状の悪化を防ぐことができる。

心不全を予防するポイントとは。まずは、心不全の原因と

心不全チーム医療のイメージ



なる心臓の病気になることが大切。心臓の病気の多くは生活習慣病が原因となることが多い。カロリーや塩分の摂り過ぎに注意し、肥満や高血圧、高脂血症、糖尿病などにならないよう自己管理してほしい。また、高齢者の心不全では体力の低下も原因となりやすい。ウォーキングなどの有酸素運動が有効。1日20〜30分を目安に週2、3回程度運動を続ける。瞬発力より持久力を高める運動が効果的だ。膝や腰、関節に痛みがある人は、自転車やエアロバイクなど、患部に負担がかからない方法を勧める。

KKR高松病院心臓血管病センター
急性期医療や救急医療だけでなく、慢性期の病状を改善する心臓リハビリテーションなどにも力を入れる。医師や医療スタッフの多職種が連携してチーム医療を行う。
所在地：高松市天神前4-18
電話：087(861)3261
<http://www.kkr-ta-hp.gr.jp/>