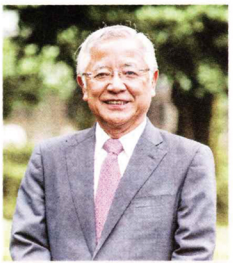
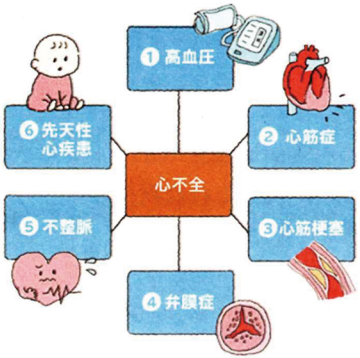
人生100年時代の 健康管理

桐生大学・桐生大学短期大学部副学長 山科 章



【プロフィル】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事長。

⑲ 心不全の原因となる病気は？



大塚製薬ホームページ：健康と病気、心不全を知って、予防・治療しようhttps://www.otsuka.co.jp/health-and-illness/heart-failure/about/から引用

前回、心不全には心臓に異常がないリスクCからと紹介しました。全ての時期から重症の心不全まで四つのステージがあり、心不全の症状が不十分なために、全身に血液をうまく回せなくなった状態のことですが、その原因となる代表的な病気は、次の六つです。

①高血圧性心疾患（長年続く高血圧で心臓に負担がかかり機能が損なわれる病気）

②心筋症（拡張型心筋症や肥大型心筋症など心臓の筋肉そのものの病気によって機能に異常をきたす病気）

③虚血性心疾患（冠動脈の動脈硬化によって心臓の筋肉に酸素や栄養などが十分に送られず機能が障害される心筋梗塞や狭心症などの病気）

④弁膜症（心臓の中の血液の流れを正常に保つ弁の開閉がうまくいかなくなり、血液の流れが妨げられたり、逆流したりする病気）

⑤不整脈（心臓の電気興奮の乱れによって、心臓から十分な血液を送り出せなくなる病気）

⑥先天性心疾患（生まれつき心臓に異常のある病気）

そのほか、内分泌（ホルモン）や代謝、あるいは炎症、抗がん剤などの薬剤や脚気（かっけ）などの栄養障害による場合など、さまざまです。

わが国の2004～05年の調査では、心不全で入院した患者の平均年齢は71歳（65歳以上が73％）で、原因疾患として多いのは、虚血性心疾患（33％）、心臓弁膜症（28％）、高血圧性心疾患（25％）でした。

05年の高齢化率（人口に占める65歳以上の割合）は20％でしたが、増加し続けており、今では29％を超えています。高齢者の心不全も年々増加しており、「心不全パンデミック」とも言われています。パンデミックは「大流行」という意味です。心不全は新型コロナウイルスのような感染症ではありませんが、急激に増えているので、このように表現されているのです。

なぜ高齢者に多いのでしょうか。加齢とともに、血管だけでなく心臓の筋肉が硬くなるのが主な原因です。全身に血液を送る左心室がしなやかでなくなると、収縮はできても、拡張が難しくなります。そうなると、血液は心臓に戻りにくく、その手前の肺にうっ滞するようになります。また、心臓の筋肉に十分な血液を供給しにくくなり、心臓の弁も変性して機能が悪くなるなど、さまざまな要因も加わり、高齢者では心不全が起こりやすくなるのです。

※次回は「心不全の症状に気づくには？」です。

◆毎週月曜連載　桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

保健・福祉