

## 心不全とは、どのような病気ですか？



福岡大学西新病院  
診療部長(循環器内科)

にしかわ ひろあき  
西川 宏明

現在、我が国の心不全患者は急増しており、心不全パンデミックと呼ばれる時代にあります。その入院患者数は、毎年全国で1万人ずつ増えており、2030年までに130万人に達すると言われていいます。国立がん研究センターなどの研究班が発表したがん患者の10年生存率(全がん協ホームページ)によれば、がん全体の10年生存率は約58%でした。一方、心不全では、最も重篤な段階では、1年で50~60%が亡くなり、軽症心不全でも、1年で5~10%亡くなります。よって、重篤な心不全の予後は一般的ながんより悪いと言えるでしょう。しかし、意外に心不全の怖さについては知られていません。

心不全は「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」と定義されています。心不全は、だんだん生命を縮める病気なのです。心臓が悪くなる原因としては、以下に示す病気が知られています。よって、それぞれの病態に合わせた治療法があります。

- ・高血圧による病気(心肥大、高血圧性心臓病)
- ・心臓の筋肉(心筋)の病気(拡張型心筋症、肥大型心筋症など)
- ・心臓を栄養としている血管の病気(狭心症、心筋梗塞)
- ・心臓弁の機能障害(大動脈弁狭窄症、僧帽弁閉鎖不全症など)
- ・脈が乱れる病気(不整脈)
- ・遺伝や生まれつきの心臓病(先天性心疾患など)

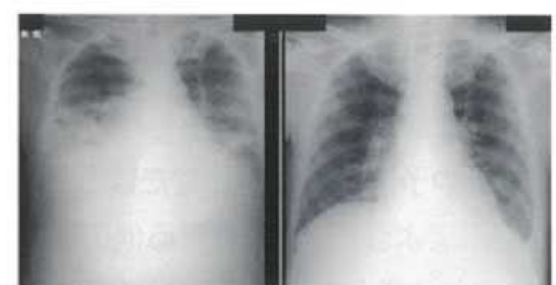
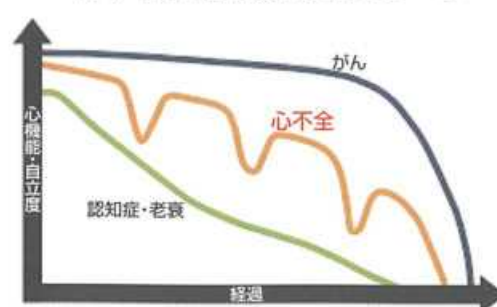


これらの病気のために、心臓の血液を送り出すポンプ機能が悪くなり、最終的に生命維持を脅かす心不全が発症するのです。心不全を発症しても、適切な治療により症状は改善しますが、心不全そのものが完全に治るということではありません。日常生活における過労、睡眠障害、塩分や水分の過剰摂取、風邪、ストレスや、薬の飲み忘れなどにより症状が再燃することも多いのです。よって、一度心不全を発症すると、その後も定期的に専門外来で診療を受けることが重要です。

心臓が悪くならないようにする予防は、高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満を未然に防ぐことです。そのためには、禁煙、減塩、節酒、適度な運動が重要です。そして、何より心不全の前兆を放置せず、早めに適切な薬物治療を受けることが重要です。特に急性期の心不全症状には、激しい呼吸困難や咳込み、労作時の息切れ、胸痛や動悸、顔面および手足の皮膚蒼白や冷感、足のむくみ等があり、重症の場合では意識障害を来すこともあります。また、心不全の再発予防としては過労、水分の過剰摂取を避けること、寒い時期には風邪を予防し、日常生活においてヒートショックを起こさないように注意することも大切です。

以上、心不全の重篤化を防ぐためには、早めに専門外来を受診することが重要です。当院では、いつでも受診できる体制を整えていますのでお気軽にご相談下さい。

心不全の病状進行のパターン



心不全急性期

治療後





## 10月より新しい医師が赴任しました



成育医療支援  
センター長  
**吉兼 由佳子**

令和2年10月1日より西新病院成育医療支援センター長として、前任の井上貴仁先生より引き継ぎ着任いたしました吉兼由佳子と申します。小児循環器の専門医として、特に川崎病の診療を行っております。どうぞよろしくお願いたします。



循環器内科  
**川平 悠人**

前任の柴田優果先生に代わって10月から赴任となりました福岡大学心臓血管内科学の川平悠人と申します。医師5年目で、出身大学は福岡大学、生まれは沖縄県です。西新病院にはやく慣れて、皆様にご迷惑をおかけしないように頑張りたいと思います。よろしくお願いたします。



消化器内科  
**柴田 衛**

この度、2020年10月から西新病院消化器内科へ着任いたしました柴田衛と申します。入院患者様や外来での内視鏡検査を担当させていただきます。地域の方々のために精一杯、診療に励んで参りますので、宜しくお願いたします。

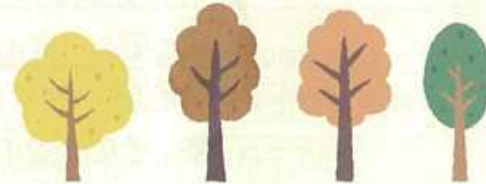


糖尿病・代謝・  
内分泌科  
**江崎 俊介**

10月より西新病院で勤務させていただき糖尿病・代謝・内分泌科の江崎です。糖尿病は合併症が多岐にわたるため、他科の先生方やコメディカルの皆様のお力をお借りすることが大いにあると思います。ご迷惑をおかけいたしますが、一緒に診療に携われたら幸いです。



## 小児科からのお知らせ



### 1. 新型コロナウイルスについて

子どもの感染者数は成人に比較すると少なく、重症化する割合も成人と比べると少ないようですが、家庭内や集団生活の場における伝播により感染者は増えています。

そこで日本小児科学会が作成しているQ&Aをいくつかご紹介します。

**Q** 子どももマスクはしておいた方がいいですか？

**A** 2歳以下の小さな子どもでは現実的ではないと思われます。4-5歳になるとマスクの着用は可能ですが、保護者の指導が必要です。

**Q** 乳幼児健診や予防接種を遅らせたほうが良いですか？

**A** 極端な制限によって、予防できる他の重要な病気の危険性にさらされることを避ける必要があり、乳幼児健診や予防接種を回避するデメリットは大きいと考えられます。

### 2. 福岡大学西新病院小児科の特徴

24時間365日、常に小児科専門医が病院内に待機し、かかりつけの先生あるいは急患センターから「入院治療が必要」とご紹介いただいたお子さんを診療しています。精密検査や高度な治療が必要なお子さんについては、福岡大学病院等高度医療機関と連携していますので、安心して最良の治療を受けることができます。

今後も「その子どもの幸せのために」を理念に掲げ、お子さん、ご家族に寄り添う医療を提供してまいります。どうぞよろしくお願いたします。





## 地域連携センターより

福岡大学西新病院は患者さんに切れ目のない医療を提供し、住み慣れた地域での暮らしを安心して継続していただくために他の病院・診療所および介護・福祉施設等様々な機関との連携を図っております。その連携の実績についての一部を数字で紹介いたします。  
(2019年4月から2020年3月までの実績より)

- 510 ……救急搬送受け入れ件数
- 275 ……入院患者さんを紹介していただいた医療機関(病院・医院・クリニック)の数
- 10 ……当院にない診療科の専門治療や、より高度な治療のために紹介した病院の数
- 33 ……当院での入院治療後自宅や施設に戻るためのリハビリ継続や、長期的な医療管理のために紹介した病院・診療所の数
- 135 ……入院患者さんの退院に向けて情報を共有し共同して支援を行った地域包括支援センター(いきいきセンター)および居宅介護支援事業所の数

- 6 ……退院後の在宅医療への移行のために訪問診療を依頼しカンファレンスを実施した在宅療養支援診療所の数
- 10 ……退院後の在宅医療に向けて共同して支援・指導を行った訪問看護ステーションの数
- 23 ……退院後の新規入所や再入所に向けて調整を行った介護施設(有料老人ホーム・老健・特別養護老人ホーム・グループホーム等)の数

これからも地域の皆様に信頼される病院として更なる連携の充実に努めたいと思います。

地域連携センター 楠窪 佳子



## 栄養管理科からのおすすめレシピ

### ミラノ風チーズカツレツ ～きのこソース添え～

フライパンでできる簡単カツレツです。チーズをのせてたんぱく質をUPさせています。

ケチャップとソースで上手に減塩もできます。豚肉は糖質の代謝に必要な栄養素であるビタミンB1が多く含まれています。



#### ● 材料(2人分)

- 豚ロース肉……………70g×2枚
- 塩……………少量
- こしょう……………少量
- 小麦粉……………14g(大さじ2弱)
- 卵……………10g
- パン粉……………18g(大さじ6)
- 油……………18g(大さじ2弱)
- チーズ……………20g(スライス1枚)
- しめじ……………80g
- ケチャップ……………50g
- ソース……………10g
- レモン……………1 / 4個

#### ● 作り方

- ①豚肉は大きめに切ったラップではさみ、上からめん棒を転がしてのばす。ラップをはずして塩・こしょうをふる。しめじは石づきをとり、ばらしておく。
- ②ころもの卵を溶きほぐす。  
①の豚肉に薄く小麦粉をまぶし、卵液→パン粉の順にころもをつける。
- ③フライパンに油を入れて火にかけ、②を入れる。  
フライ返しで押し付けながら、こんがりきつね色になるまで両面を焼く。
- ④③にチーズをのせ、溶けてきたら、お皿に盛り付ける。
- ⑤フライパンの余分な油をキッチンペーパーでふきとる。  
しめじを入れて炒め、Aを加えてソースを作る。ふつふつとしてきたら火を止める。
- ⑥⑤のソース、レモンをお皿に添えて、できあがり。お好みでブラックペッパーを☆



合計(1人当たり)

エネルギー: 310kcal

たんぱく質: 20.4g 塩分: 1.7g

2020年に日本人の食事摂取基準が改定となりました。

1日の食塩摂取目標量は男性で7.5g未満、女性で6.5g未満です。



管理栄養士 松崎 景子