

心不全について

川口市立医療センター

集中治療科

あしだ ただし
足田 匡史



ご存じでしょうか心不全。予防が肝要です。

1. 心不全とは

日本循環器学会/日本心不全学会合同ガイドライン「急性・慢性心不全診療ガイドライン」の中で、「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。」と定義されています。

2. 患者数

現在、日本ではどのくらいの患者数が存在し、今後どのくらい増加すると思えますか?2015年度の循環器疾患診療実態調査報告書によると、心不全による入院患者数は23万8千余人で年に1万人以上増加しています。今後、高齢化に伴い心不全患者数がさらに増加していく見込みです。医療費・人的コストの圧迫は必至であり、現在の医療水準の維持のためには患者数の増加を抑えることが肝要です。

3. 心不全ステージ

A、B、C、Dの4つのステージに分類され、AからDへ病期が進行していきます。症状のないA・Bと、症状があり入院加療が必要なC・Dの大きく二つに分類されます。A・Bのステージは、心不全を発症する前の予備軍と考えられています。すなわち高血圧症・糖尿病などを有している患者群となります。AとBの違いに関しては心臓にひずみを生じているか否かで分かれます(心臓超音波検査で心肥大などの有無となります)。

4. 予防

症状のあるステージへの進行を抑制するためには、高血圧・糖尿病の管理(生活習慣の改善、内服加療など)が必要です。日頃から、減塩・禁煙・運動・節酒などを心がけましょう。

せき 長引く咳は結核かも!?

~9月24日から30日は結核予防週間です~



1 結核とはどんな病気?

結核菌により主に肺に炎症が起こり、飛沫感染や空気感染する病気です。結核菌の混ざったしぶきが、咳やくしゃみと一緒に空気中に飛び散り、それを直接吸い込むことで感染します。

過去には日本人の死亡原因第1位だった結核ですが、現代は医療の向上により、ほとんどのかたは服薬治療で治る病気になりました。

2 川口市の結核の状況

川口市の2020年の新たな結核患者数は91人でした。中でも、20~65歳の働き盛りの世代が約半数(51%)、75歳以上が約3割を占めています。

3 結核を予防しましょう

規則正しい生活を送り、バランスの取れた食事や十分な休養、睡眠を取りましょう。健康的な生活が予防につながります。早期発見は重症化を防ぐだけでなく、家族や職場などへの感染を防ぐためにも重要です。症状が無くとも毎年定期的に健診を受けましょう。

下記の症状が2週間以上続くときは、健診を待たずに早めに受診!

チェック

咳

たん

発熱

倦怠感

体重減少



*高齢者の場合は症状が出ないこともあります。年に一度は胸部レントゲン検査を受けるようにしましょう。

問 疾病対策課 ☎048-423-6726 FAX048-423-8852

40歳以上のかたは市の【肺がん・結核検診】が500円で受けられます。(6月~翌年2月) *詳細は市ホームページをご覧ください。

問 地域保健センター ☎048-256-2022 FAX048-256-2023

ワンポイント手話講座

①と②を組み合わせると「スーパーマーケットに行く」という意味になります。

①スーパーマーケット

左手を軽く握り、スーパーのカゴを持つような形を作ります。右手はすぼめて商品をカゴに入れるように、右から左手の下に移動させます。



②行く

人差し指を下に向け、前方に出します。



問 障害福祉課

☎048-259-7926

FAX048-259-7943

「手書きの温かみを感じられるのが書道の魅力」と、墨で黒く染まった手を見せる濱野さん。「第15回全国高校生大作書道展」で全国44校179点の作品から見事、最高賞の文部科学大臣賞に選ばれた。「元々負けず嫌いで、好きなものには誰にも負けたくないんです。」ときっぱり。その負けん気と人倍の努力で掴んだ栄冠だ。

書の上達はもちろん、挨拶や礼儀作法が身につくのも魅力の書道部だが、練習は運動部以上にハードだ。4人いた同級生の部員も入部1年で自分1人になり、心が揺らぎ何度か辞めようと思った時期もあった。そんな時、先輩や先生の励ましで心の支えとなり、大好きな書道が続けることができ、今では1・2年生を引っ張る存在に。「辛いことも多かったけれど、書道を通して人として成長できました。」と充実した表情。



「こんなこだわった頑張り屋さん」と顧問の知見先生も太鼓判を押す。自身も「先生は厳しいですが、いつも一歩先を見越して助言してくれました。一つ一つ壁を乗り越えてきたことが、自信となり今の自分があります。」と恩師への感謝を忘れない。受賞は既に過去のこと、次なる目標を「書の甲子園」への出展と11月に行われる「川高書展」での書道パフォーマンスに定めて既に気持ちを切り替えている。



ひと筆に想いを込めて

県立川口高等学校3年

濱野 彩花

はまの あやか