

心不全 ～適切な治療と生活習慣の改善を～

吉良内科循環器クリニック 院長 吉良 哲也



こんにちは、前回「心不全」は病名ではなく、心臓が弱った状態を意味し、心不全に至るには別の病気が存在するとお話ししました。今回は心不全の治療についてお話しします。

心不全の場合には、まずその原因となる心臓病（冠動脈疾患や心臓弁膜症など）を明らかにし、それに対しての治療を行うことが大切です。

心不全に対しての一般的な治療としては生活習慣の改善と薬物療法が行われます。日常生活で重要なのが塩分制限です。塩分を摂りすぎると血液量が増加して心臓に負担がかかり、むくみもひどくなります。また煙草は心臓にとっても百害あって一利なし、飲酒も適量にとどめましょう。また心不全が悪化すると体内の水分量が増え、急激に体重が増加しますので、毎日の体重測定がお勧めです。さらに心臓もじっと安静にばかりしているよりも適度に刺激を加えたほうが却って丈夫になり長持ちしますので、運動は一部の重症の場合を除いては心不全の治療に効果的です。主治医の先生と相談して自分に適した運動量を指導してもらいましょう。

心不全に対して使われる治療薬としてはACE阻害薬、ARB、 β 遮断薬、利尿剤、強心剤などがあり、心不全の原因と重症度や年齢、持病なども考慮して選択していきます。薬をのんで症状が良くなると薬をのむのをやめてしまう人もいますが、心不全の薬は単に症状をとるだけでなく、心臓をいたわることにより寿命を縮めないようにする効果もありますのでしっかり続けていくことが大切です。

薬物以外の治療法として、酸素の取り入れが不足する場合に在宅酸素療法を行ったり、心臓の収縮のタイミングを是正するためのCRTというペースメーカーを植え込むこともあります。

吉良内科循環器クリニック 大分市大字角子原 870 TEL097-522-3000