

『心筋梗塞と動脈硬化と交通事故』

吉良内科循環器クリニック 院長 吉良 哲也



診療中の患者さんから「心筋梗塞も脳卒中にもならないようにお願いします」と言われることがあります。「わかりました、お任せ下さい」と言いたいところですが、「最善を尽くしますので一緒に頑張りましょう」と言うことしかできません。なぜなら心筋梗塞や脳卒中の原因は動脈硬化が原因であり、どんなに気をつけていても加齢とともに一定の確率で起こりうるからです。

動脈硬化の主な原因は加齢（年をとること）ですが、動脈硬化をより進めてしまう危険因子として、高血圧、脂質異常症（コレステロール）、糖尿病、喫煙があります。

ここで心筋梗塞や脳卒中を発症するということを、交通事故を起こすということに置き換えてみましょう。血圧が高く、コレステロールも高く、糖尿病も放置し、煙草を吸い続けるということは、車の運転に例えるとスピード違反で、信号を無視し、わき見運転しつつ、飲酒運転をするようなものであり、当然交通事故を起こす確率は格段に高くなります。事故を起こさないためにはこういった無謀な運転をしないようにする、すなわち動脈硬化の危険因子を一つずつ取り除いていくことが大事になります。血圧、コレステロール、糖尿病については食事・運動といった生活習慣の改善も重要ですし、かかりつけ医と相談し必要に応じて適切な薬を服用する必要があります。禁煙することも非常に重要です。

しかしどんなに安全運転をしていても、思いがけない交通事故に巻き込まれる可能性があるように、動脈硬化の危険因子が良好に管理されていても、年をとっていく以上は脳卒中や心筋梗塞の発症をゼロにはできません。ただし可能性を限りなく減らすことはできます。人の寿命は誰にもわかりませんが、できる予防はしっかり行い、健やかな生活を送りたいものです。

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