

あなたの健康相談室

春の特大号



◎プロフィール／神戸大学医学部を卒業後、神戸大学病院や民間病院で20年以上多数の心臓ペースメーカーやカテーテル手術をはじめ、生活習慣病や人工透析にも携わる。2017年より北村内科クリニックを開設し、現在は、専門分野である循環器・呼吸器疾患を中心に、美容医療も手掛け、地域のかかりつけ医として幅広い年齢の患者さまを診療する。

健康診断の結果や、ふと気づいた身体の変化に、不安を感じることがありませんか。「あなたの健康相談室」では、身近な症状にまつわる知識や、受診の目安について、わかりやすくお伝えしています。これまでのコラムに加え、今回は新たな話題も取り上げ、皆さまの健康に役立つ情報をまとめてご紹介します。

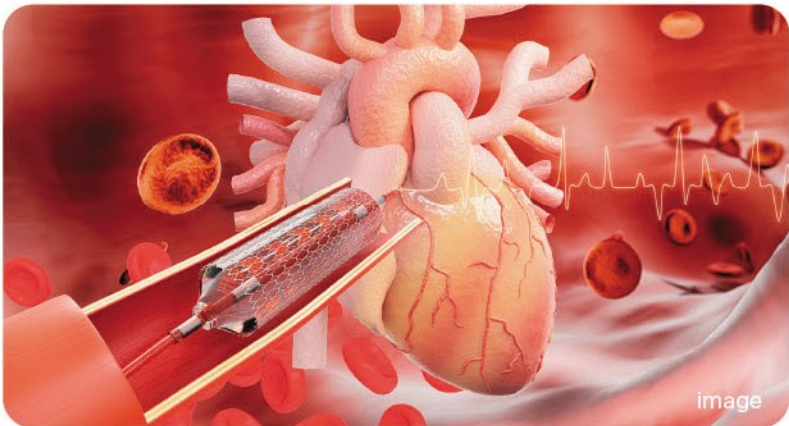
Q 心房細動のカテーテル治療ってどんなもの？

A 心臓のリズムは「電気信号」で決まっている

心臓は「体内のポンプ」として血液を送り出す働きをしています。その動きは「電気信号」でコントロールされています。この電気信号を出しているのが、右心房の上部にある「洞結節（どうけつせつ）」という場所です。ここが規則的に信号を送ることで、心臓はリズムよく動くことができます。これが「正常な心拍リズム（洞調律）」と呼ばれる状態です。

心房細動とは？ ― 心房がブルブル震える状態

ところが、このリズムを乱す余計な電気信号が心房のどこから出てしまつと、心臓が本来のタイミングより早く動いてしまつことがあります。それがたまに起るだけなら自然に元に戻りますが、異常な信号が短い間隔で何度も出続けると、心房の中で電気が渦巻くようになり、心房がブルブルと小刻みに震える状態になります。これが「心房細動（しんぼうどう）」です。



心房細動は、最初は発作的に起こりますが、次第に発作の時間が長くなる傾向があります。発作が7日以上に自然におさまるものを「発作性AF」、7日以上続くものを「持続性AF」と呼びます。

原因の多くは「肺静脈」からの異常信号

心房細動の原因のほとんどは、「肺静脈」という血管から出る異常な電気信号です。肺静脈は左心房とつながっていて、そこから異常な信号が出ないようになっています。

心房細動の場合には、肺静脈と左心房のつなぎ目を線路上に焼いて壊死させ、電気が通れないようにします。これにより、たとえ肺静脈で異常な信号が出て、それが左心房に伝わらず、心房細動が起らなくなるのです。

発作性AFの治療効果について

特に「発作性AF」の場合、ABLによって多くの人の根治が期待できるといふ報告もあります。最近では、治療の安全性や成功率も年々向上しており、症状のある発作性AFに対しては、有力な治療法のひとつとして選ばれることが増えています。

北村内科クリニック
院長 北村 秀綱
(一社)日本循環器学会認定 循環器専門医
神戸大学医学博士

異変を感じたら
早めに医療機関を
受診しましょう

Q 「更年期」と聞くと女性特有のものというイメージがありますが、男性にも更年期はあるのでしょうか？



A 男性更年期障害は、加齢による男性ホルモンの低下やホルモンバランスの乱れによって生じ、精神面や身体面、性功能にさまざまな症状が現れる病気で

男性にも更年期がある？

テーマ 男性更年期障害

す。日本では約600万人（※）の男性が該当するとされています。

女性の場合、閉経前後に女性ホルモンが急激に減少し、次第に症状が治まりますが、男性は20代をピークにホルモンが緩やかに減少し、その度合いには個人差があります。そのため、年齢を問わず発症する可能性があり、80代や90代になっても更年期症状が現れることがあります。また、近年の研究では、加齢だけでなく、肥満や強いストレスがホルモンの減少を加速させることが分かっています。

男性ホルモンの減少は、抑うつ気分や

活力低下を引き起こすだけでなく、筋肉量の減少や脂肪の増加を招き、メタボリックシンドロームや糖尿病のリスクを高めることが知られています。さらに、動脈硬化が進行することで心血管疾患の発症リスクも増加します。特に、勃起不全（ED）は陰茎動脈の動脈硬化による血流低下が原因で起るため、初期の動脈硬化のサインとしても注目されています。

男性の更年期は自然に改善していく、症状が強い場合はホルモン補充療法が必要になることもあります。「抑うつ気分ですべれない」「なんとなく体調が悪い」「性欲や活気の低下」などの症状がありましたら、診断は問診と採血で簡単に行的ことが出来るため、更年期外来の受診をおすすめします。

Q 季節の変わり目や風邪を引いた後、咳が長く続き困っています。今後、どう対策すればよいのでしょうか？

A 季節の変わり目や風邪のあと、咳が長く続くことがありますが、胸部レントゲンで異常がない3週間以上続く咳の原因として、気管支喘息・咳嗽（せき）、喘息、胃食道逆流症、アレルギー性鼻炎、慢性副鼻腔炎、感染後の遷延性咳嗽、アトピー咳嗽、喉頭アレルギーなどが考えられます。なかでも喘息は最も多い原因とされ、診断が難しいことがあります。



一酸化窒素呼気分析装置

喘息は「気道の慢性炎症」によって、咳や気道の狭窄が起る病気です。炎症が続くと一酸化窒素（NO）が多く生産され、呼吸中のNO濃度が上昇します。近年、呼気NO検査が開発され、非侵襲的に炎症の状態を把握できるようになりました。

咳が3週間以上続く方へ

咳の原因は複数重なっていることも多いため、適切な診断が大切です。症状だけで判断するのではなく、検査を活用した診断が必要な場合もあります。長引く咳でお困りの際は、専門医への相談をおすすめします。

咳が3週間以上続く方へ

テーマ 長引く咳と喘息

季節の変わり目や風邪のあと、咳が長く続くことがありますが、胸部レントゲンで異常がない3週間以上続く咳の原因として、気管支喘息・咳嗽（せき）、喘息、胃食道逆流症、アレルギー性鼻炎、慢性副鼻腔炎、感染後の遷延性咳嗽、アトピー咳嗽、喉頭アレルギーなどが考えられます。なかでも喘息は最も多い原因とされ、診断が難しいことがあります。

れ、呼吸中のNO濃度が上昇します。近年、呼気NO検査が開発され、非侵襲的に炎症の状態を把握できるようになりました。

咳の原因は複数重なっていることも多いため、適切な診断が大切です。症状だけで判断するのではなく、検査を活用した診断が必要な場合もあります。長引く咳でお困りの際は、専門医への相談をおすすめします。

Q 心電図検査で期外収縮を指摘されましたが、特に症状がないので放置しても大丈夫ですか？

A 健康な人の心臓は、規則正しく1分間に60〜100回のペースで拍動を繰り返しています。このリズムを「洞調律」と呼びます。洞結節は、心臓の右心房にある「洞結節」という部分が発生させる電気信号によって作られ、その信号を心室筋が受けて拍動が生まれます。

一方、期外収縮は、通常のリズムに突然割り込んで、洞結節以外の部分から早めの電気信号が発生する現象です。信号が心房から起きる場合を「上室性期外収縮」、心室からの場合を「心室性期外収縮」といいます。

期外収縮は、健康な人でも自分では気づかないうちに起ることが多く、ほとんどの場合は特に心配ありません。しかし、無症状でも頻繁に起きる場合や、ドキドキする、脈が飛ぶ感じ、胸の痛みや圧迫感、倦怠感、めまい、ちらつき、失神といった症状が出ると、治療が必要になることもあります。治療方法には、薬物療法やカテーテルアブレーション（カテーテルを使った治療）があります。

特に心室性期外収縮は、心筋梗塞や心筋症などが原因の場合があり、危険な不整脈を引き起こして突然死につながることもあります。一方で、上室性期外収縮であっても、発作頻度が多い場合や連続して起る場合は、心房細動へ進展し、脳梗塞のリスクが高まる場合があります。



期外収縮には、症状が出ていない軽度のものから、重症化する場合まで様々な種類があります。検診で指摘された場合は、少しでも異変を感じたら早めに受診することが大切です。

脈の異常を見逃さないで

テーマ 不整脈（期外収縮）