



◆不整脈の症状や原因等

●不整脈とは

心臓は筋肉でできていて、1分間に50〜100回くらい収縮して、体中に血液を送るポンプです。心臓はとまることなく動いています。頭で考えて動かしているわけではなく、勝手に動き続けています。それは、心臓の右上に弱い電気を出す洞結節(どうけつせつ)というところがあり、そこから出た電気が心臓のなかを流れると、その電気に反応して心臓が収縮しているのです。つまり、洞結節は1分間に50〜100回くらい規則正しく電気を出し続けているわけです。この心臓のなかの電気の乱れを総称して不整脈といいます。

●不整脈の原因

最も多いのは心臓に病気がある場合で、心筋梗塞、狭心症、心不全などが原因となります。逆に、これらの心臓病を治療する薬の副作用で不整脈が出ることもありますので、主治医の指示をよく守って内服してください。そのほか、かぜや脱水など全身状態の悪化に伴うものや、加齢現象、つまり年をとることで増えてくる不整脈もあります。

●不整脈の症状

不整脈は簡単にいえば、心臓の鼓動がすごく速くなったり(1分間に100回以上)、遅くなったり(50回以下)、リズムが乱れるもので、それに伴った自覚症状が現れます。最も多い訴えは、ドキドキする、脈が飛ぶ感じがするという症状です。そのほかに、胸の痛みや圧迫感を感じることもあります。このような症状は脈が速くなったり、乱れたりした場合に

多いようです。逆に、脈が遅くなりすぎると、脳や体の血液の循環が悪くなって、全身の倦怠感、めまい、ふらつきを感じたり、時には失神することもあります。

●高齢者に多い不整脈

脈のリズムが乱れる不整脈には、期外収縮と心房細動があります。期外収縮は、自分で脈に触れてみた時に、何回かに1回脈が抜けることで気づく場合がよくあります。比較的軽症で治療の必要がない場合も多いのですが、心筋梗塞、心不全など心臓の病気がある人は注意が必要です。心房細動は、脈がバラバラになる不整脈で、自分で脈に触れてみると脈が乱れている、もしくはうまく脈が測れないという場合が多いようです。患者さんは加齢に伴い増加します。それ自体は命に関わることはありませんが、心臓のなかに血の塊ができて脳梗塞を起こしやすくなるため、血をサラサラにする薬をのんで脳梗塞の予防をします。脈が速くなる不整脈には、発作性頻拍症があります。発作性で突然ドキドキし始めますが、また突然正常にもどります。命に関わることは少ないのですが、自覚症状が強いため不安になることが多いようです。不整脈の薬を内服することで予防できます。脈が遅くなる不整脈としては、洞不全症候群、房室ブロックがあります。脈が1分間に40回以下になったり、5秒ほどとまってしまうこともあります。

受診にあたって

このように不整脈は、治療が不要なものから命に関わるものまで、非常に多くの種類があります。まずは毎年の健康診断をきちんと受けること、そして健診で異常が見つかったり、胸の自覚症状があった際には循環器科、もしくは不整脈専門の外来を受診することをすすめます。



【回答】穴埋め漢字・①工 ②和 ③浴 ④車 ⑤階 クロスワード・マメマキ

人と、ひとが心から。



さくら・介護ステーション東青

TEL017-736-1560

〒030-0921 青森市原別三丁目4-12-105号

FAX017-736-1580

第 148 回 脳のトレーニング

■穴埋め漢字

マスに1字の漢字を入れて、
4つの熟語を完成させます。
※矢印の方向で作ってください。

①

石 ↓
加 → □ → 夫
↓
学

④

愛 ↓
風 → □ → 庫
↓
両

②

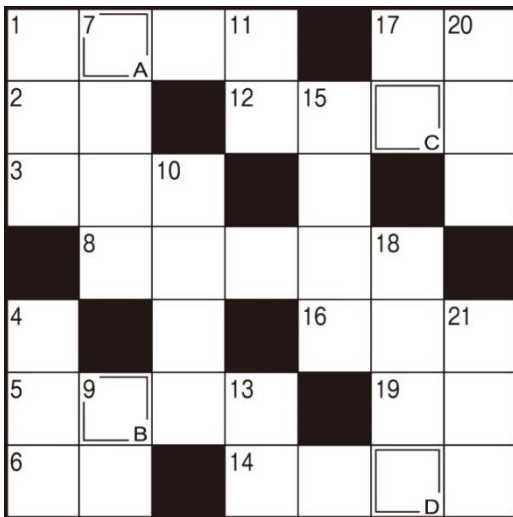
英 ↓
漢 → □ → 平
↓
音

③

混 ↓
入 → □ → 衣
↓
場

⑤

音 ↓
地 → □ → 段
↓
層



★ヨコのカギ

- 雪を積み上げ、中を掘って作る雪室
- マージャンをするとき囲みます
- 劇場の舞台や花道の地下にあります
- 1日に1枚ずつ剥がすカレンダー
- 起立！～！着席！
- バレンタインデー、彼氏や夫へではなく知人や上司へ、感謝の気持ちを込めて贈ります
- 足利尊氏が開いた～幕府
- 片時もそばを離れません
- 漢字で書くと浮塵子。稲の害虫です
- 地面につちなどで打ち込みます
- カクテルのベースに使う蒸留酒の一つ



■クロスワードパズル

★タテのカギ

- 佐々木小次郎はとても長い物を使っていたとか
- うわさが広がる際につくことも
- 鉄道のレールの下に並べます
- 人数を数えるときに使う言葉
- パソコンのマウスのボタンをカチッと押すこと
- 子羊の肉のこと
3. 14159……と続く円周～
- 道端のこと。～駐車
- 寝不足で目の下にできる人もいます
- 小説家・尾崎紅葉の代表作『～夜叉』
- ショートケーキによく似合う赤い果実
- マンションの～人さんにあいさつをして出掛けた



A B C D

□	□	□	□
---	---	---	---

