

# 心不全の話

---

先日、俳優の大杉漣さんが急性心不全で亡くなりましたが、心不全とは生命予後に直結する非常に重篤な病気・病態です。

2018年に改訂された日本循環器学会のガイドライン(指標)によると、『心不全とは、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』と記載されています。

では、このガイドラインに沿う形で説明していきます。

## ①『心臓が悪いために』

---

一概に心臓が悪いといってもさまざまですが、悪くなる原因と程度に分けられます。

心臓が悪くなる原因としては、

- ・心臓の各部屋（心房や心室といいます）を隔てる弁が悪化し血液の逆流が起こったり流入が悪くなったりする弁膜症
  - ・生まれつき心臓のどこかに穴が開いていたり形態に異常があったりするために心臓に負担がかかる先天性心疾患
  - ・心臓を動かす筋肉（心筋といいます）に栄養を送る冠状動脈という血管の詰まりや狭くなることによる虚血性心疾患
  - ・何らかの原因（ウイルス感染や膠原病、ホルモン異常、アルコール、あるいは原因不明）により心臓を動かす筋肉の働きが悪くなる心筋症
  - ・心房細動などの不整脈によって心臓の働きが悪くなる状態
  - ・高度の高血圧により心臓に負担がかかった状態
- などがあげられます。

程度としては主に心臓の超音波検査で動きを確認し、心臓の収縮力に応じて分類する分け方が一般的ですが、病状の進行や症状を優先して評価するステージ分類などがあります

## ②『息切れやむくみが起こり』

---

心不全の主な症状は足や顔などのむくみや息切れ・呼吸困難等ですが、これ以外にも倦怠感や食欲不振・お腹の張った感じ、胸痛や心窩部痛などのこともあります。

また、心不全のため肺に水がたまると咳や痰が出たりして、風邪を引いたと言って来院されて実際は心不全であったということもあります。

寝ていると苦しいが起きると楽だ、という起座呼吸といわれる症状も心不全に比較的特徴的です。

通常これらの症状は徐々に悪化・進行しますが、急速に出現・進行する場合には重篤な状態に陥っていることがありますので、早急に医療機関を受診してください。

## ③『だんだん悪くなり、生命を縮める病気』

---

心不全は進行性の病気です。

治療等により一旦良くなっても、繰り返すたびに心臓の障害は進行しやがて死に至ります。

もっとも重要なことは心不全を繰り返さないことで、そのためには次のような対応・治療が必要となります。

- ・原因疾患に対する根本治療（弁膜症や先天性心疾患→手術 虚血性心疾患→カテーテル

治療、など)

- ・薬物治療（利尿剤・降圧剤・強心剤等）の継続、内服を中断しない
- ・減塩食や禁煙などの生活習慣改善・維持、体重のコントロール
- ・適度な運動

この中で、最近最も変化したのは薬物治療の主体である利尿剤（尿を出しむくみをとる薬です）の使い方です。

利尿剤は心不全治療に欠かせないものですが、ある量以上の利尿剤投与は腎機能の悪化を招くなどして心不全の予後改善につながらないとの臨床研究もあります。

腎臓と心臓は密接に関連しているので、最近では従来の利尿剤にバソプレシン V2 受容体拮抗薬という新しい利尿剤を組み合わせ、腎臓を守りながら心不全の治療を行う施設が多くなっています。

脱水や電解質異常をきたす可能性があるので初回投与時は入院が前提となっていますが、従来の利尿剤に比べて腎機能への影響が少なく、良い臨床成績が報告されています。

当院でもこの薬剤を積極的に使用して心不全の治療を行い、以前であれば早期に再入院となっていたであろう患者様を外来で経過観察することも可能になってきています。

しかしながら、食生活を中心とする生活習慣の改善・安定なしにはコントロールは難しく、栄養・食事指導等も行いながら対処していくことが重要となります。

心臓の状態は短時間の簡単なエコー検査で確認できますし、上に述べた通り薬物治療も変わりつつあります。

むくみ・息切れ等でお困りの方は、近くのお医者さんで早めにご相談されることをお勧めいたします。

【循環器内科診療部長 村岡 理人】

