



新^{しん} 緑^{みどり} ニ ュ ー ス

病院の理念

確かな医療技術
やさしい対応
地域への貢献

さんきかい よこはましんみどりそうごうびょういん
医療法人社団 三喜会 横浜新緑総合病院
〒226-0025 横浜市緑区十日市場町1726-7
TEL. 045-984-2400 (代表) FAX. 045-983-4271
発行 地域医療連携室 TEL. 045-984-6216 (直通)



病気の話 「狭心症とは？」

横浜新緑総合病院 循環器科 副部長 手塚 信吾

【狭心症とは？】

成人の正常な心臓は1日に10万回ほど収縮と拡張を繰り返す。全身に血液を送るポンプの役割をしています。その心臓は筋肉（心筋）で構成されていますが、心筋は冠動脈と呼ばれる血管を介して酸素・栄養を受け取っています。冠動脈が何らかの原因によって高度に狭窄・閉塞すると心筋に十分な血液が行き届かなくなり、「虚血」という状況が生まれます。虚血に伴って発作的な症状・サインが出るものの、心筋が壊死するまでには至っていないものを狭心症と呼びます。また、進行すると心筋梗塞という命に関わる疾患につながることもあります。

【症状や原因は？】

狭心症は主に3つの種類に分けられます。発作的な胸痛（圧迫感・絞扼感）・背中・脇の痛み・みぞおちの痛みなどが代表的な症状ですが、症状の出やすい状況や時間帯には違いがあります。また、「放散痛」といってあごやのどの痛み・腕や肩の痛みを伴うこともある一方で、ご高齢者や糖尿病患者さんの中には全く症状が出ないまま病気が進行してしまっているケースもあります。

① 労作性狭心症

動脈硬化によって冠動脈に狭窄や閉塞を生じるものです。動脈硬化は血管の老化現象でもあります。年齢のほかに糖尿病・高血圧・脂質異常症・喫煙・肥満・狭心症の家族歴などが危険因子とされています。運動や労作時には心筋がより多くの酸素を必要としますが、冠動脈に狭窄があるとそれが十分にいき届かないため、狭心症状を生じます。

② 冠攣縮性狭心症

冠動脈が痙攣（攣縮 れんしゆく）してしまい、狭窄や閉塞を生じるために症状が出現する狭心症です。自律神経の異常が原因とされていて、発作の多くは安静時に生じます。また、夜間から早朝にかけて発作が起こりやすいことも特徴のひとつです。

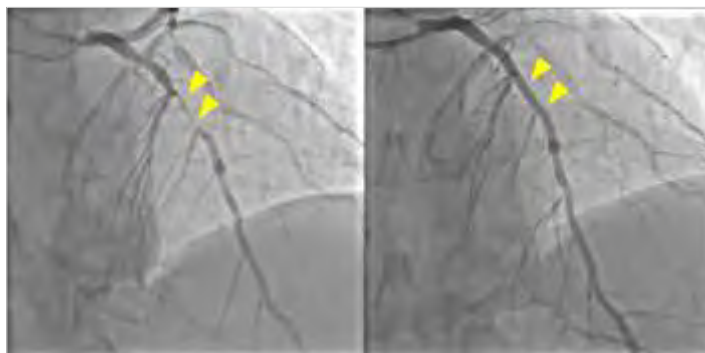
③ 微小血管狭心症

比較的近年になって注目されるようになってきた病態で、冠動脈末梢の直径0.1mm以下の細い動脈の拡張不全や攣縮によって狭心症状が生じるものとされています。原因

として女性ホルモンの関与が疑われていますが、男性にも発生することがわかってきていて、まだまだ全容が解明されていない疾患です。

【検査や治療は？】

まずは症状について詳しくお聞きします。続いて血液検査・心電図検査・超音波検査などを行って一般的な心臓病のスクリーニングを行います。狭心症が疑われる場合は「冠動脈の評価」が必要となります。当院では冠動脈検査として、冠動脈造影CTや心臓カテーテル検査（冠動脈造影検査）をご案内しています。検査から得られた状態に合わせて、薬物療法・カテーテル治療（バルーン拡張治療やステント治療）・バイパス手術（外科手術）などの治療法をご提案いたします。



<治療前>

<ステント治療後>

【おわりに】

狭心症は、放置すると心筋梗塞に進展して命の危険性を伴うこともあります。「狭心症」の段階での診断と、予防的治療がとても重要です。



<カテーテル室>

2022年4月より、当院でも心臓カテーテル検査・治療を行うことが可能になりました。

気になる症状がある方は循環器内科外来までご相談ください。



部門紹介 2022 | 検査科（生理検査部門）

検査科 科長 平野 春美

検査科の仕事は大きく分けると検体検査部門（血液・尿検査など）と生理検査部門（超音波検査、心電図、脳波、肺機能など）の2種類に分けられます。今回は生理検査部門（超音波センター）についてご紹介します。

臨床検査技師15名全て女性スタッフで構成されており、健診センター・超音波センター・採血室の業務を担当しています。検査項目としては心電図検査（負荷心電図・ホルター心電図など）、脳波検査、超音波検査（主に腹部・心臓・頸動脈・乳腺等）、血圧脈波検査（血管の弾力をみる）、呼吸機能検査（肺活量や、喘息の指標となる呼気一酸化窒素検査）、神経伝達速度（神経が障害されているかを調べる）を行っています。超音波検査士の認定資格を有する



技師も10人おり、より精度の高い検査の実施を目指しています。

内容により完全予約制の検査や、来院当日に実施および結果説明ができる検査があります。基本的に外来患者さまの予約時間を優先して検査を行っていますが、救急での緊急対応により、やむを得ず予約時間を過ぎてのご案内になることもあります。

少しでも安心して検査を受けていただけるよう患者さまとコミュニケーションをはかり、患者さまの立場に立った検査を目指しています。検査に関するご不安やご質問がありましたら遠慮なくお声かけください。



シリーズ健康豆知識 転倒予防体操

リハビリテーション部 外来チーム

新型コロナウイルスの流行の長期化や、猛暑日が続いたことで運動する機会が減っていませんか？ 運動する習慣はあまりないけど、手軽に始められる運動がないかなと思っている方に、今回は自宅でできる手軽な運動をご紹介します。

《かかと上げ運動》

運動のねらい：かかとを上げる筋力アップ
（ふくらはぎの筋肉）



真っすぐ立っている姿勢から膝を伸ばしたままかかとゆっくり上げ下げをします。

※5秒かけて上げ下げ×10回行います。

《スクワット》

運動のねらい：膝の曲げ伸ばしの筋力アップ
（太ももの前とお尻の筋肉）



膝を曲げてお尻をゆっくりおろします。膝を曲げる角度は膝がつま先を軽く超える位を目安にしましょう。

※10秒かけて曲げ伸ばし×10回行います。

※転倒防止のため、初めは椅子などを利用して行うとより安全です。できるだけゆっくり、筋肉に力が入っていることを確認しながら行うと効果的です。運動が物足りなく感じるようになってきたら回数を増やしてみてください。

WEB版みんなの健康講座

※オンライン配信

病気や健康に関する情報を発信しています。Web版みんなの健康講座はホームページ、スマートフォン（QRコード）からいつでもご視聴いただけます。

