



脈

みやく

脳卒中、認知症、心不全を予防しよう!

3月9日は脈の日



不整脈で寝たきりになる??

寝たきりになる可能性があるんです!
いますぐチェック!

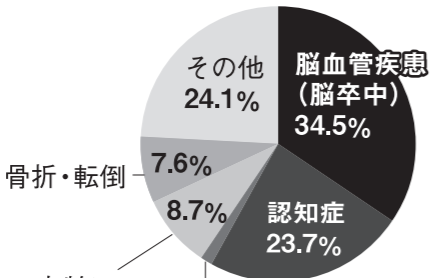


Q なぜ不整脈で寝たきりになるのですか?

A 脳卒中や認知症になりやすいからです

「寝たきり」の原因として多いのはどんな病気でしょうか? 国の調査では「脳卒中」と「認知症」が半数以上を占めています。そして「心臓病」という病気も見られます。これらの病気の原因となる不整脈の一つに、「心房細動」があります。一部の人は動悸、めまい、息切れなどを感じることがありますが、実は半数以上の人は全く自覚症状がありません!

寝たきりの原因



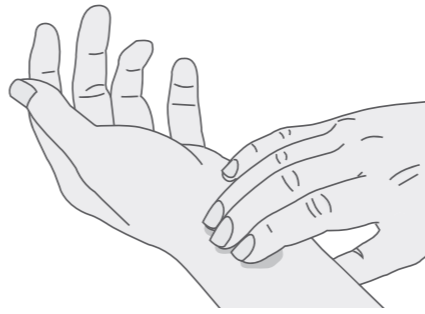
平成25年(2013年)国民生活基礎調査から作成

Q 不整脈(心房細動)はどうやったら見つけられますか?

A 脈を診てみましょう!

1~2分自分の脈をとってみて、不規則だったら不整脈の疑いがあります。「心房細動」かどうか、お医者さんに相談して心電図検査を受けてください!

もし「心房細動」が見つかったら、「血の塊」を出来にくくする薬(抗凝固薬)を飲んだり、脈を整える薬、脈打つ速さを調節する薬、カテーテル(細い管)による治療(カテーテルアブレーション)で、「心房細動」を治して「脳卒中」「心不全」「認知症」、そして「寝たきり」になるのを「予防」しましょう!



脈とりで寝たきり予防

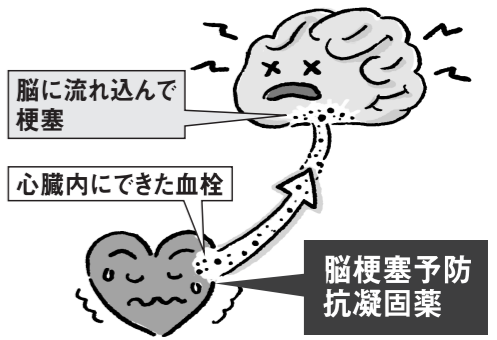
You Tube で検索 ▶



Q 不整脈で脳卒中になりますか?

A なることがあります

言葉や手足などに色々な「不自由」が生じ、「寝たきり」の原因となりやすい「脳卒中」。不整脈の一つである「心房細動」があると、心臓の中に「血の塊」ができやすくなり、その血の塊が流れ出ると脳や首の血管を詰まらせて「脳卒中」を起こします。このタイプの「脳卒中」は、「寝たきり」になりやすく、さらには「命を落とす危険」が高いのです。



Q 不整脈で心臓が悪くなるのですか?

A その危険があるんです



不整脈の一つである「心房細動」は「心臓の動きを弱くする」ことがあります。そして息切れやむくみ、さらにはこのような症状がだんだん悪くなって命を縮める状態「心不全」を起こします。その結果「寝たきり」や「寿命を縮める」危険が高まります。(Ogutayo A, et al. BMJ. 2016;354:i4482.)



脈のみだれから脳卒中?

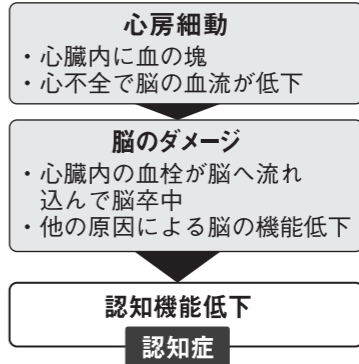


脈の自己チェック ~心房細動を見つけましょう~

Q 不整脈で物忘れが起こるのですか?

A 認知症の危険が高まります

様々なことを正しく理解して適切に実行する能力を「認知機能」と呼びます。この機能に問題が起こることを「認知機能障害」「認知症」といいます。脳に広くダメージが起こるとこの症状、病気が起こりやすくなりますが、「心房細動」はその原因の一つです。(Aldrugh S, et al. J Cardiovasc Electrophysiol. 2017;28:958-965.)



3月9日は脈の日 3/9 ▶ 3/15 は心房細動週間です。

心房細動週間ホームページ <http://www.shinbousaidou-week.org>

脈のチェック方法を動画で紹介しています▶

心房細動週間

検索

心房細動週間フェイスブック

