



愛知三の丸クリニック だより

第19号

(2019年5月)

健康トピックス

僧房弁閉鎖不全 浮腫について

院長 飯田 将人

1 80歳男性 動くと息が荒い 下肢の浮腫

5月になると、街路樹が黄緑の葉をつけて若々しくなり、たまに雨がふると雨上がりには緑が
いっそう深くなり、新しい季節の始まりを感じさせます。

連休中は静かな街並みも、週が明けるとあわただしくなり、長い休みで遊び疲れた人たちがク
リニックを朝から訪れていました。感冒や胃の痛みなどを訴える人が数人続いたかと思うと、車
いすに乗せられて無然とした表情のPさんが診察室に入ってきました。



Pさんは80歳の男性で、恰幅がよくややむくんだ
瞼が眠たそうです。灰色の髪のおさんが車いすを押しな
がら、困惑した表情でお辞儀をしました。

「どうされましたか？」

「はあ。なんか、どうしたのでしょうかね。私はなん
ともないのですが、妻が診察へ行けというのですよ。」

Pさんは固い表情で、せわしく息をつぎながら答え
ました。奥さんが即座に割って入ります。

「休み中にお友達と団体のバス旅行にでかけたのです。行く前から無理をしていたので苦し
そうでしたから止めたのですが、申し込んだのでキャンセルできないと出かけてしまい、帰っ
てきたらやたら苦しそうに息をしています。足もかなり腫れていますし、かなり飲んだみたい
です。」

Pさんは、70歳まで定年を延長して会社に勤めていました。煙草は吸いませんが、現役時代
から飲酒が好きで、毎日必ず2合程度飲みます。

奥さんと二人暮らしで、仕事を辞めてからは、飲酒以外ほかに楽しみがないそうです。

咎める口調の奥さんに対して、Pさんは無然とした様子で、「そうかなあ。大して飲んでいな
いけどね。」

2 心雑音が聴こえる 心臓弁膜症による心不全

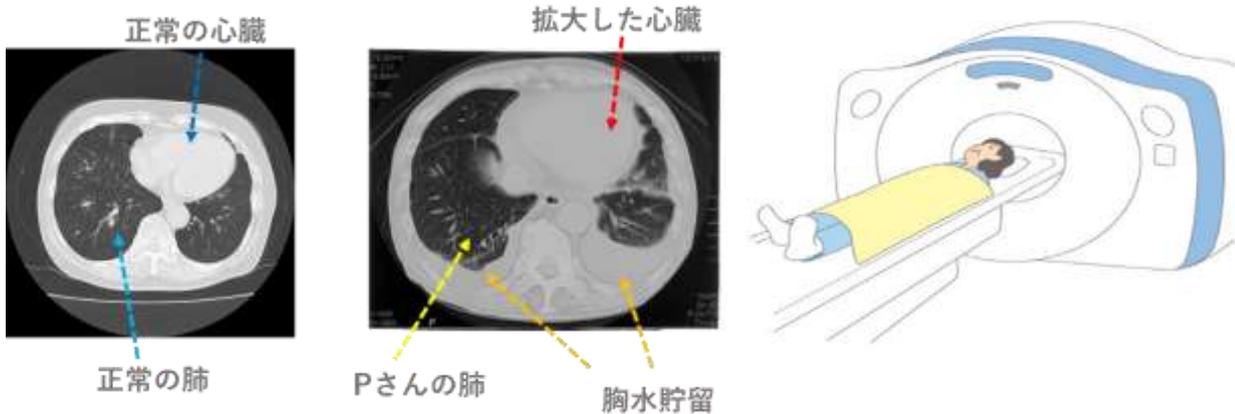
夫婦間の不協和音には、私はなにも言わずに診察してみました。

血圧は 140/80 で近くの医院で降圧薬をもらっています。皮膚はやや蒼い色で酸素の取り込みが悪い印象がありました。下肢は足首から大腿にかけてかなり腫れており、指で押すと痕が残るため、心不全のようです。聴診すると心臓の雑音が大きく聴取され心臓弁膜症が予想されました。

足の浮腫があるときは、心不全、腎不全、肝硬変をまず考えます。その他には、甲状腺の病気や下肢の静脈瘤、極度の低栄養が原因となることがあります。

私は血液検査、尿検査、心電図、胸部 CT を依頼しました。血液検査ではクレアチニンという腎機能は軽度に変化しているだけで尿たんぱくもなく、浮腫を起こすような腎不全はありません。肝機能も異常がなく CT から肝硬変ではないようです。甲状腺ホルモンも正常で、アルブミンというたんぱく質も十分にあり、低栄養による浮腫ではないようです。胸部 CT では心臓が拡大して両側の胸水が貯留しており、肺には大きな陰影がないことから、心不全による胸水が考えられました。

胸部CT画像

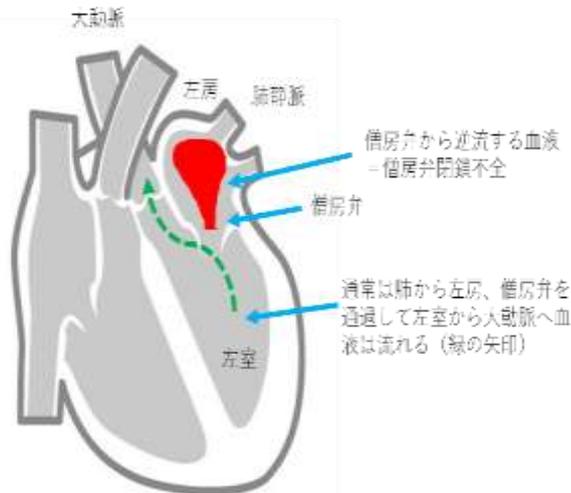


心電図は T 波異常といって、高血圧による心臓障害や心肥大のときによく見られる所見でした。心臓超音波をみると、心臓の左室と左房が拡大して、左室と左房間の僧房弁という逆流防止弁から血液が左房側に逆流していました。そのため無駄な血液が行ったり来たりしますので、心臓の動きや流れが破綻して心不全を起こします。僧房弁閉鎖不全という弁膜症による心不全でした。

心臓超音波による僧房弁閉鎖不全



血液が逆流するがーッパ



3 心不全のため入院

心不全とは様々な心臓の病気により血液が全身に流れにくくなる病態を示します。長年その状態が持続すると心臓だけでなく、脳、腎、肝臓など体内の臓器が障害されて全身が衰弱します。心不全のため胸水がたまる際、急激に起こると苦しくなりますが、Pさんは旅行前から徐々に貯まっていた様子があり、慢性にたまる場合は自覚症状に乏しいことがあります。

「心不全です。入院してください。」私の言葉にPさんは意外な顔つきでしたが、奥さんはかなり安堵されました。

私は病院に電話して入院を依頼し、紹介状を書いてPさんと奥さんを送り出しました。

4 その後 あまり懲りていないPさんの生活

幸い、入院安静と利尿薬の内服で胸水が改善して2週間後には退院となりました。しばらくは自宅で療養しながら病院に通院して、3か月過ぎてから私の診察室を訪れました。降圧薬と利尿薬を内服して、自分で歩行する足取りはしっかりとして表情が豊かになっていました。付き添う看護師に冗談を言う余裕があるようです。

胸部レントゲン写真では胸水が消失しており、心臓超音波をみると、僧房弁での血液の逆流が減少していました。

Pさんは明るい声でいいました。「今思うと旅行に行く前からなにか動くとき苦しかったような気がします。町内会長の役が大変で、かなり気を使ったのがいけなかったのでしょうか。」

「余計な役は引きうけないでと頼むのですが、言うことを聞きません」夫婦の不協和音には変化がないようです。

僧房弁閉鎖不全の原因は二つあります。一つは弁自体が変形して閉じにくくなることで、その原因は今のところは不明です。

もう一つは、①狭心症や心筋梗塞により心不全が生じると左室が拡大する。②心房細動により左房が拡大する。③高血圧や糖尿病が持続すると左室が拡大する。などの理由により僧房弁の閉じる部位に隙間ができることです。

Pさんの場合は、僧房弁が変形していました。これに高血圧や無理な行動が積み重なると心不全を起こすことがあります。

それから3年が経過しましたが、Pさんは奥さんの心配をよそに無理を続け、僧房弁の逆流がだんだん増えてきました。心不全が再発したら、今度は手術になるかもしれません。

話の内容は臨床の事実に基づいていますが、登場人物は架空です。
次回は心臓肥大に伴う心不全について解説します。

職員の一般定期健康診断が始まります。

主任看護師長 白井 政江

今年も6月上旬から職員の一般定期健康診断が始まります。
2018年度からは、いくつか変更点があるのをご存知でしょうか。

1. 血液検査の対象年齢が35歳以上から30歳以上に引き下げられました。

これは若年層に対する各種病気等の早期発見を図るためです。
採血に慣れていない、採血で気分が悪くなったことがあると
言う方は、採血の際に看護師に伝えてください。
ベッドで採血することもできます。

また、採血に際する注意事項として、血液検査の項目に、
「空腹時血糖」がありますので、10時間以上の絶食が必要
です。ただ、糖分を含まない水分摂取は、可能ですので、
暑い時期の健診であれば、なおさら水やお茶など十分な水分
を取って、脱水、熱中症を予防する意識を持ってください。

ただし、年齢指定の胃がん検診に該当している40、45、
50、55歳(2019年4月1日現在)と、退職予定者の方
及び希望者胃がん検診を受診する方は、胃へのバリウムの
定着が不良になるため、**絶飲食を厳守**してください。



2. 39歳以上(2019年4月1日現在)の職員のうち、検査結果によって眼底検査(眼底写真撮影)と血清クレアチニン検査(血液検査)を行います。

一般定期健康診断の検査結果によって、下記の追加検査が必要となりました。

これは生活習慣病対策として実施されることとなりました。

年齢条件	血圧、血液検査の数値	追加検査
共済組合員	<ul style="list-style-type: none"> ● 最高血圧 140 以上(平均) ● 最低血圧 90 以上(平均) ● (前年度)空腹時血糖 126mg/dl 以上 ● (前年度)HbA1c 6.5%以上 【いずれか1つでも該当した場合】	眼底検査 クレアチニン検査
39歳以上 (2019年4月1日現在)	<ul style="list-style-type: none"> ● 最高血圧 130 以上(平均) ● 最低血圧 85 以上(平均) ● 空腹時血糖 100mg/dl 以上 ● HbA1c 5.6%以上 【いずれか1つでも該当した場合】	クレアチニン検査

※従来【2017年以前】からの一般定期健康診断の追加検査

年齢条件	血圧、尿、血液検査の数値	追加検査
35歳未満 (4月1日現在)	<ul style="list-style-type: none"> ● 最高血圧 140 以上(平均) ● 最低血圧 90 以上(平均) 【いずれか 1 つでも該当した場合】	心電図検査
年齢によらず	<ul style="list-style-type: none"> ● 尿検査(糖) + 以上となった場合 	空腹時血糖 HbA1c
年齢によらず	<ul style="list-style-type: none"> ● 尿検査(蛋白) + 以上となった場合 	血液検査 (腎機能関連)
血液検査(肝機能) 実施者	<ul style="list-style-type: none"> ● 血液検査(肝機能)において、医師が精密検査を必要と認めた場合 【肝機能精密検査は、後日通知のうえ実施】	血液検査 (肝機能関連) 腹部エコー

血圧が心配な方は予約時間の少し前に余裕を持って来院されるのも良いかもしれません。予約時間ぎりぎりに急いで到着すれば、心拍数が上がり血圧にも影響します。少し安静にして測定することをお勧めします。

ただし15分位安静にしても血圧が下がらない場合は、他の病気が隠れているかもしれません。

健診時に血圧が高い方は、毎日の血圧を測定し、状況を把握して、医師に相談してください。

すでに病院で降圧剤を処方されている方は、健診後も継続して治療を続けましょう。



さて、健診が終了したら、体は低血糖の脱水状態です。のどの渇きが止まっても、こまめに水分摂取をしましょう。

特に胃検診でバリウムを飲んだ方は、いっそうの水分補給が必要です。

下剤は体内に水分が無ければ効果が期待できません。水分を取りながらバリウムの排出を待ちましょう。

正しい知識を持ち、安全で確実な健診を受けるようにしましょう。

「世界禁煙デー」・「禁煙週間」

1 名称

2019年度「禁煙週間」

2 期間

2019年5月31日(金)から2019年6月6日(木)まで

3 禁煙週間のテーマ

「2020年、受動喫煙のない社会を目指して～たばこの煙から子ども達をまもろう～」

4 趣旨

喫煙が健康に与える影響は大きい上、受動喫煙の危険性やニコチンの依存性を踏まえると、喫煙習慣は個人の嗜好にとどまらない健康問題であり、生活習慣病を予防する上で、たばこ対策は重要な課題になっています。

世界保健機関(WHO)は、1970年にたばこ対策に関する初めての世界保健総会決議を行い、1989年には5月31日を「世界禁煙デー」と定め、喫煙しないことが一般的な社会習慣となることを目指し「たばこか健康かに関する活動計画」を開始しました。厚生労働省においても、1992年から世界禁煙デーに始まる一週間を「禁煙週間」として定め、各種の施策を講じてきたところであります。

今年度は、2019年7月に学校・病院・児童福祉施設等、行政機関が原則敷地内、2020年4月にそれ以外の施設等が原則屋内禁煙となることを控え、「2020年、受動喫煙のない社会を目指して～たばこの煙から子ども達をまもろう～」を禁煙週間のテーマとし、禁煙及び受動喫煙防止の普及啓発を積極的に行うものであります。

**愛知三の丸クリニックの禁煙外来**

さて、こうした趣旨のもとに、愛煙家の方には辛くて長い一週間となっていますが、今回の「禁煙週間」を好機ととらえ、思い切って禁煙にチャレンジしてみたいかがでしょうか。

愛知三の丸クリニックでは、『毎週水曜日の午前』の診療時間に『下川医師(内科)による禁煙外来』を実施しています。【自己負担金は概ね1万8千円程度】

当クリニックの禁煙外来は、下川医師の指導・管理の下に内服薬を使用した禁煙指導を行っています。

また、地方職員共済組合愛知県支部による『禁煙外来補助事業』についても昨年度に引き続き実施されますので、ご利用ください。

【補助額1万円、申請期限は6月14日(金)です。

詳細は、地方職員共済組合愛知県支部から配信される通知をご覧ください。】

愛知三の丸クリニックの診療科目と診療時間

【診療科目】

内科、外科、眼科、皮膚科、小児心療科、歯科・歯科口腔外科

【診療時間】(都合により担当医師が変更となる場合があります。)

2019年5月1日現在

診療科目	時間	月	火	水	木	金
内科	午前	(循環器) 飯田	(ほろだい) (内分泌) 蓬臺 (循環器) 加藤	(循環器) 石黒 (血液) 下川 (循環器) 飯田	(循環器) 飯田 (消化器) 岡田	(内分泌) 浅井※2 (血液) 緒方
	午後	(呼吸器)※1 (血液) 緒方 (循環器) 飯田	(循環器) 松波 (血液) 緒方	(循環器) 飯田 (血液) 下川	(循環器) 宮部 (血液) 杉崎	(呼吸器) 渡辺 (血液) 杉崎
外科	午前	—	—	—	鈴木	—
	午後	—	鈴木	—	—	—
眼科	午後	中村	—	—	鶴田(第1・3・5週) 長屋(第2・4週)	—
皮膚科	午後	—	—	—	嘉陽(第1・3・5週) 梶村(第2・4週)	—
小児心療科	午前	—	川村	鈴木	小野	栗山
	午後	—	川村	鈴木	小野	栗山
歯科 歯科口腔外科	午前	總山	總山	總山	總山	總山
	午後	總山	總山	總山	總山	總山

(※1) 月曜午後の呼吸器は、第2週と第4週のみ診察します。

(第2週は中畑医師、第4週は石田医師、重松医師、山田医師のいずれかが診察します。)

(※2) 金曜午前の内分泌は、第2週と第4週のみ診察します。

【診療受付時間】

午前： 8時50分から11時00分まで

午後：12時50分から15時30分まで(眼科は15時00分までの受付です。)

※小児心療科は完全予約制となっております。

【その他】

休診日については、院内掲示もしくは当クリニックホームページでご確認ください。

URL：<http://www.sannomaru-hp.jp/>

医科の再診の場合は、総合受付または電話(医科予約受付専用電話：052-961-7012)にて予約を受け付けます。

歯科の予約は、歯科受付窓口または電話(歯科予約受付専用電話 052-950-0560)にて予約を受け付けます。

各種健康診断・人間ドックのお問い合わせは、電話(052-950-0500)にご連絡ください。

外来よりお知らせ

【禁煙外来について】(内科)

当クリニックでは、毎週水曜日の午前に、内科の下川医師の指導・管理の下に内服薬を用いた禁煙指導(禁煙外来)を行っています。

内服薬による禁煙をご希望の方は、お気軽にご来院ください。

「禁煙外来補助事業について」

地方職員共済組合愛知県支部が実施する、禁煙外来補助事業に申込み、決定された組合員が治療に成功した場合に、治療費の一部を給付する制度があります。

詳しい手続方法につきましては、地方職員共済組合愛知県支部から配信される通知文に記載されていますので、ご確認ください。

【AGA(男性型脱毛症)について】(外科・皮膚科)

AGA(男性型脱毛症)による薄毛でお悩みの方は、外科(毎週火曜日の午後、木曜日の午前)及び皮膚科(毎週木曜日の午後)において、医師の診断の下に内服薬フィナステリド錠(プロペシア錠)の処方を行っています。

AGAは少しずつ進行しますので、できるだけお早目の受診をお勧めしています。

当クリニックにご来院の際は、組合員証(保険証)、診察券(初めての方を除く)を持参し、総合受付にお申し出ください。

編集後記

愛知三の丸クリニックだよりの感想や取り上げてほしいテーマ等がありましたら下記メールアドレスにご連絡ください。今後の参考にさせていただきます。

E-mail

aichi-sannomaru-hp@oregano.ocn.ne.jp

愛知三の丸クリニック

住 所 名古屋市中区三の丸3-2-1
電 話 052-961-7011(代表)
052-961-7012(医科予約専用)
052-950-0560(歯科専用)
052-950-0500(健診専用)
県庁内線 4974

(組合員用)