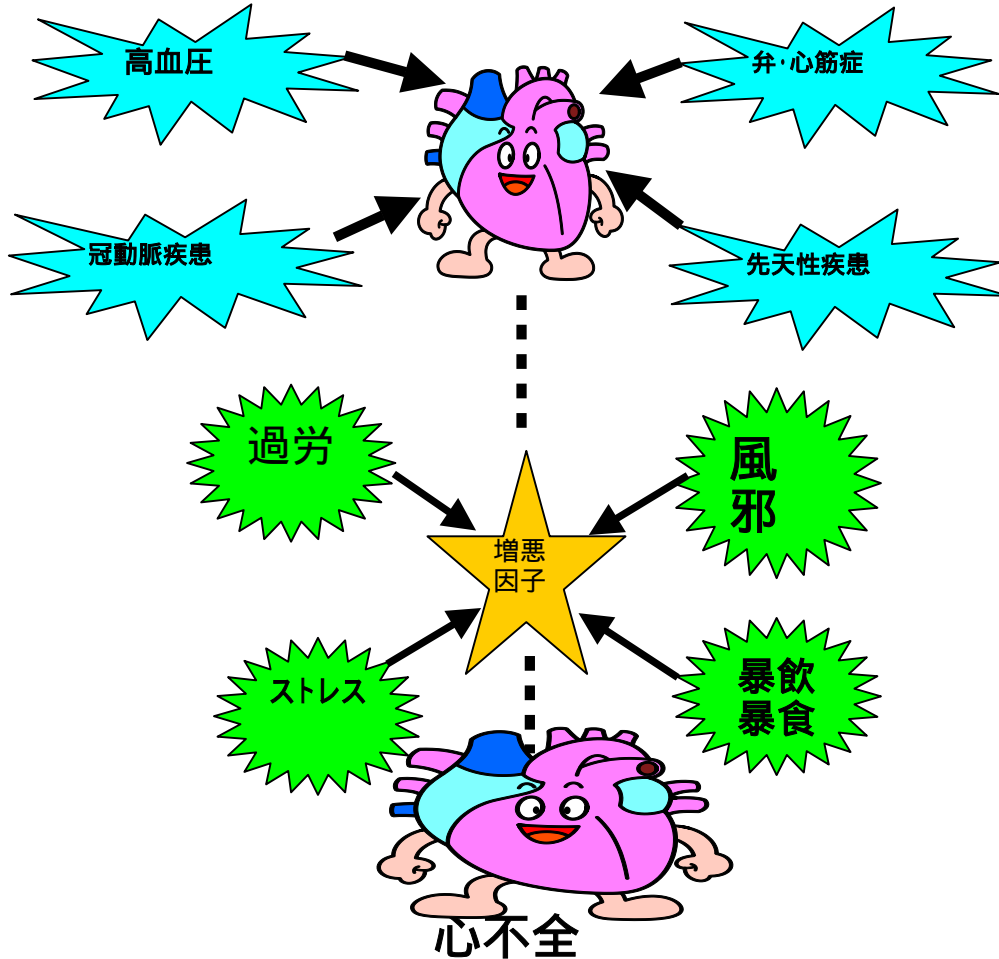


心不全という病気について

心臓のポンプ機能が弱くなって、体が要求する血液を送り出せない状態を心不全といいます。いろいろな心臓の病気がその原因になります。

心不全を引き起こす要因



通常はなんとか正常なポンプ作用を保っていても、心臓に負担をかけるさまざまな増悪因子により心不全状態になります。

心不全の症状

体が要求する血液が送り出せないために起こる症状：

- 坂道・階段での息切れ
- 尿量・回数の減少
- 手足が冷たい感じ
- 全身のだるさ

心臓に血液が戻れないためのうっ血によって起こる症状：

- 体重の増加(2～3kg以上の増加)
- 夜間の尿量の増加
- 食欲不振
- 夜間の呼吸困難
- むくみ
- 鉄さび色の痰

心不全の治療薬

服用している薬は自分の判断で勝手に中止しないようにしましょう。

利尿薬

尿量を増やす薬。尿を出すことで体全体の体液量を減らし、心臓の負担を軽減します。

強心薬

心臓の筋肉に作用し、心臓のポンプ力を強める薬です。

アンジオテンシン変換酵素阻害薬

血圧を低下させることにより、心臓への負担を減らし、また心筋細胞を快適に保つ作用があります。

遮断薬

過剰な心臓の動きを抑制して心臓の負担を減らし、さらに心筋の細胞を保護します。なお、この薬は、心臓の動きを抑えるので、服薬は少量から始め、ゆっくり増加していきます。

日常で注意したい8カ条

1 運動

症状や体調を目安に、無理な運動を避けましょう。



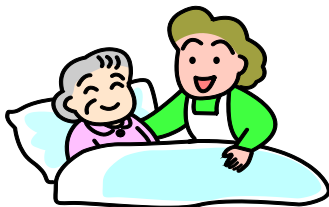
2 水分・塩分の制限

心臓に負担をかけるので必ず守りましょう。



3 体重管理

毎日、同じ時間・条件で測定しましょう。1日に2～3kg以上の増加に注意しましょう。



4 尿量・夜間排尿回数

症状の変化を知るサインです。必ずチェックを

5 十分な休養・睡眠

十分に休養し、疲れ・精神的ストレスを翌日まで残さないこと。

6 保温

急な寒さは血圧を上昇させるので保温を心がけましょう。



7 入浴

脱衣所・浴室を暖めておく気配りを熱い湯・長湯も厳禁です。

8 嗜好品

喫煙・飲酒は心臓に負担を与えます。禁煙・節酒をしましょう。