

元気な人でも要注意！

# 前触れもなくやってくる突然死。

昨日まであんなに元気だったのに……突然死する人のご遺族は決まって、そう口をそろえます。

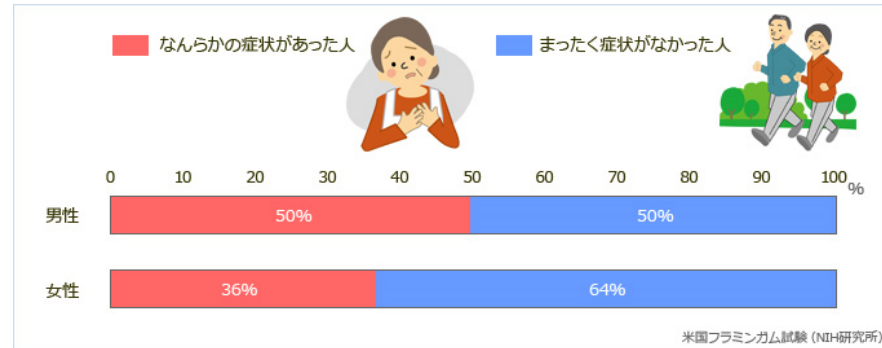
日本では毎日多くの方が心臓突然死で命を失っています。その数は、なんと1年間で約7万人。交通事故死をはるかに上回ります(※)。高齢者だけでなく、40～50代という働き盛り世代にも年々増加傾向にあり、一見元気に見える人でも、実はその何年も前から静かに症状が進行しており、決して油断はできません。

※総務省消防庁：平成30年版 救急救助の現況

## 最初の発作が、最後の発作

心臓は、生命活動の中心となっている臓器。だからこそ、たった1回の発作が致命傷となります。しかも症状がでてから1時間以内と短時間で死亡するケースが多いのも特徴です。街中のいたるところにAED（自動体外式除細動器）が設置されているのも、心臓発作への対応の緊急性を物語っています。

心臓病は決して特殊な病気ではありません。自覚症状の現れない軽度の段階でも、心臓発作の危険がある病気です。アメリカ国立衛生研究所のデータでは、心臓発作で死亡する人の50%以上が、それ以前はまったく自覚症状がなく、初めての発作で命を落としたことがわかっています。



## 心臓発作の多くは、軽度の動脈硬化から起こる

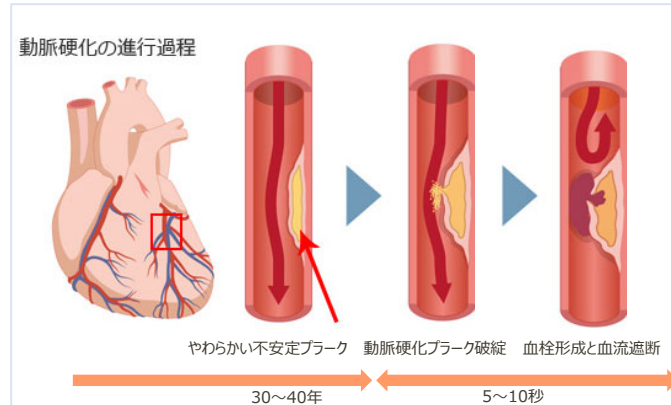
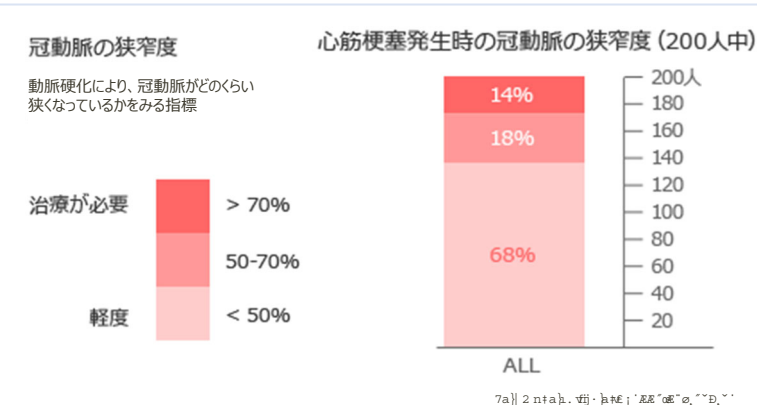
心臓突然死の原因はさまざまですが、なかでも特に多いのが、「狭心症」や「心筋梗塞」などの虚血性心疾患といわれる病気です。その発症原因を調べてみると、70%近くの人に、心臓を取り巻く血管（冠動脈）に軽度の動脈硬化が進行していたことがわかっています。

冠動脈の内側に「プラーク」と呼ばれるコレステロールのかたまりが何十年もかけて蓄積され、血管がせまくなっていきます。血液の流れが悪くなった冠動脈は、たまったプラークが破れると血栓ができ、血管がつまることで、急性心筋梗塞は起こります。

血栓がつまるのはたったの数秒。しかし、動脈硬化は何十年もかけて徐々に進行しているのです。

突然胸が重苦しくなって歩けなくなる、寝ているときに胸が苦しく冷や汗をびっしょりかいて唸る——といった、これらの症状は、動脈硬化の進行による虚血性心疾患の典型的な最終段階の状況なのです。サイレント・キラー（沈黙の殺人者）とも呼ばれる動脈硬化は、まったく予兆もなく、ある日突然起こったときには重症である場合が少なくありません。

「症状がないから安心」は、大きな間違いなのです。

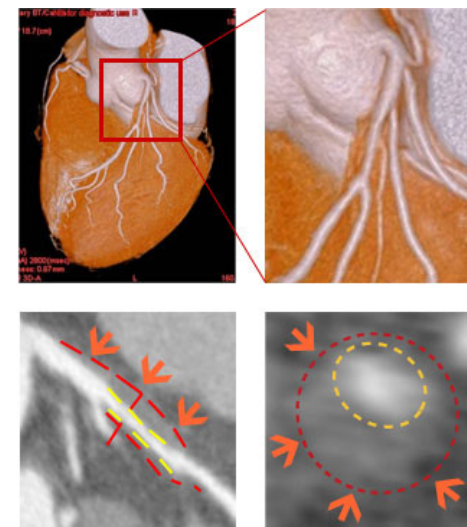


## 動脈硬化による突然死を防ぐには？

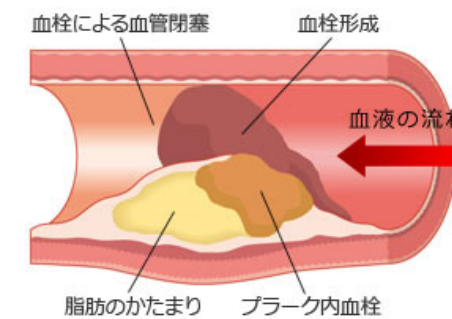
動脈硬化が進行した原因は、食事や睡眠、運動不足、喫煙など生活習慣の積み重ねが発症の引き金になっています。また動脈硬化を引き起こす危険因子には、高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満、ストレスなどがあり、それぞれが軽症であっても、複数併せ持つことで動脈硬化を悪化させ、虚血性心疾患の発症リスクを高めることが分かっています。加齢とともに動脈硬化は進行してしまうものですが、できるだけ早期から「生活習慣の改善」などを意識して行うことで、予防効果は大きく上がります。



## 画像診断の進歩で、初期の動脈硬化がわかる



心臓MRIや心臓CTの心臓画像診断では、心臓の筋肉の形状や状態、弁の動きはもちろん、心臓をとりまく血管である冠動脈まで明瞭に映しだすことができます。心臓の周りに溜まった脂肪（心臓周囲脂肪）も撮像することができるようになりました。



左の写真では、無症状の人の心臓の冠動脈が少し細くなり、一見軽症に見える部位にも非常に大きな動脈硬化性プラーク（脂肪のかたまり）がたまっているのがわかります。

## 心臓ドックで動脈硬化の進行を早期発見しよう

毎年健康診断を受けている人や人間ドックを定期的に受けている人でも、初期の心臓疾患を発見することはほとんどできません。心臓画像診断の進歩により、心臓発作は、防ぐことのできない病気ではなくなりました。早期に診断し、適切な治療を行うことで、予防することが可能です。

人生100歳時代といわれる昨今、健康は何にも勝る財産です。あなたが倒れると悲しんだり困ったりする人のためにも、より積極的・主体的に自分の健康を維持・増進するために、定期的な心臓ドックの受診をお勧めします。

査数は、世界でもトップ5に入る検査実績です。また、循環器専門医であるCVICの常勤医師は1000件を超える心臓MRI・CTの診断経験を持つ心臓のエキスパート・ドクター。検査に伴うリスクを最小限に軽減し、精度の高い検査結果を導き出せるのも、無数の経験に裏打ちされた熟達の技があるからこそです。将来発症するかもしれない病気を「未病」のうちにとらえ、それを改善するための適切なアドバイスを行う次世代の人間ドック、それが当クリニックの「プレミアムドック」です。

数ある画像診断検査の中でも、最も技術的に困難で高度の撮影技術が必要といわれているのが心臓CTや心臓MRIです。それゆえに心臓CT・MRIは日本でも幅広く普及しているとはいえない状況になっています。

CVIC心臓画像クリニックは、心臓画像診断に特化した日本初の施設として2009年に設立しました。当クリニックの心臓CT約380件/月、心臓MRI約300件/月の実績は国内トップクラスであり、心臓MRI約3500件の年間検





## Column 不整脈のおはなし

規則正しいはずの心拍が、何らかの理由で乱れる不整脈――。

不整脈の症状は、ドキドキという動悸が多いですが、チクチクする感じ、胸の詰まる感じなど様々です。突然の失神や意識消失などで倒れたりする場合にも、不整脈が原因である場合があります。

一方で、全く無症状で知らない間に不整脈が出ていることもあります。症状が無ければ軽症の不整脈というわけではなく、無症状でも重症の不整脈である場合があります。不整脈には、治療の必要なく全く問題とならない軽症のものから、脳梗塞の危険性を高めたり、生命の危険性のある重症のものまで様々です。不整脈と言われたら、どのようなタイプの不整脈であるかを検査することが必要です。

**不整脈の原因は、大別してふたつあります。**

### ① 心臓自体に異常がある

筋肉の一部が壊死する心筋梗塞や、心臓の血液が少なくなる狭心症などに罹患していると、心臓の筋肉にダメージを与え、その部分を通っている電気の回路に異常が起こります。

### ② 心臓そのものではなく心筋の中の電気回路に異常がある

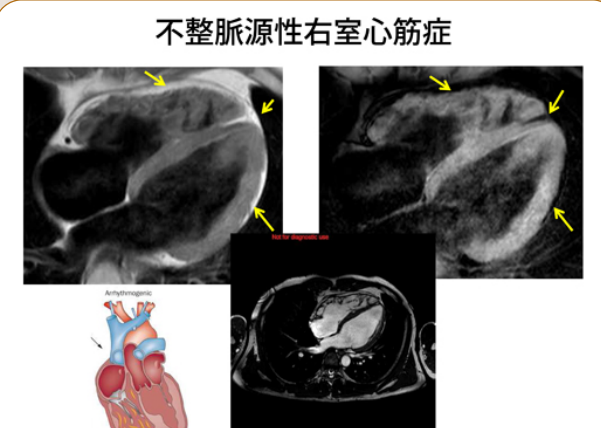
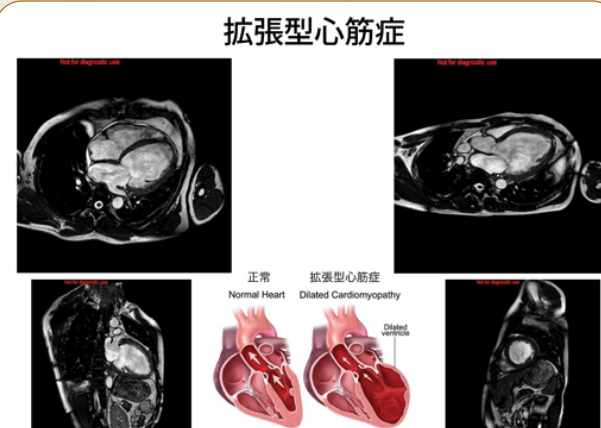
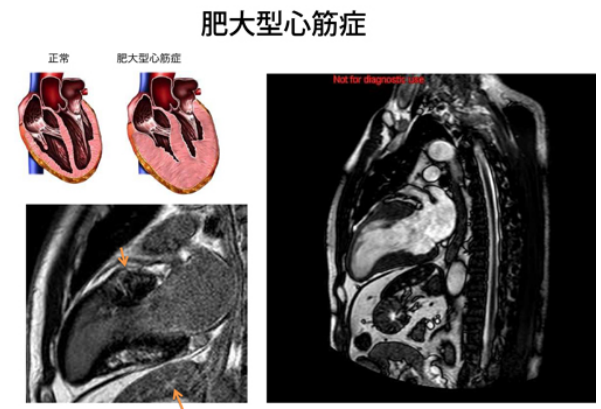
心臓に異常がないのに、電気回路に生まれつき異常があったり、障害があったりすると、不整脈が起こります。

特に、①の心臓自体に異常がある場合には、早期に発見適切な治療を行うことで不整脈の重症化を予防することが可能なことがあります。そのためには、心エコー検査でのスクリーニングや心臓MRI検査で心筋とよばれる心臓の筋肉の状態を詳しく調べることが必要です。心臓MRI検査は、心エコーでは見つけにくく、しばしば重篤な不整脈の原因となる**肥大型心筋症**、**拡張型心筋症**、**不整脈源性右室心筋症**、**心臓サルコイドーシス**などの診断に有用です。

電気回路の治療は、めざましく進歩して、現在では80%近くの症例が治せるようになりました。徐脈の場合は、ペースメーカーを体内に取り付けます。また、頻脈の場合はカテーテルから高周波を流して、原因となっている部分を焼いて治す「カテーテルアブレーション治療」が可能です。

最近では、加齢とともに心房細動を起こす人が非常に増えていきます。心房という心臓の頭側に位置する部屋から発生する電気が空回りして、脈が不規則に早くなりバラバラと打つ症状です。心房細動が続くと、左心房のなかに血栓ができてやすくなり、それが脳に飛ぶと脳梗塞を起こす危険性があります。

心房性（上室性）期外収縮の多い人や、心房が大きくなっていく人に起こりやすく、高血圧の人には特に頻度が高いことが知られています。また、時々しか心房細動が起こらない発作性心房細動と常に心房細動である持続性心房細動の間で脳梗塞のリスクは変わらないというデータがあります。早期に検査して、心臓に負担をかける高血圧をきちんとコントロールすることで、心房細動の予防ひいては脳梗塞の予防を心がけることは重要です。



## 循環器専門医による検査の判定 CVICプレミアムドック

ドックデー Dock Day						
日・祝	月	火	水	木	金	土
○	-	-	○	-	-	-

不整脈の原因となる心臓の病気を詳細に検査可能です。冠動脈狭窄による狭心症や心筋梗塞、各種心筋症の検査に有用です。時々発生する不整脈である発作性心房細動などに伴うラクナ梗塞（いわゆる隠れ脳梗塞）も頭部MRIで検査できます。血液検査では、BNPという心不全のマーカーにより、心臓への負担がわかります。

- 検査項目**
- 心臓MRI・MRA ● 心エコー ● 心電図 ● 頸部エコー ● 脳MRI・MRA ● 頸部MRA
  - 冠動脈石灰化スコア(CALC) ● ABI(血管年齢測定) ● 体脂肪測定 ● 血液検査
- (所要時間:約3時間)

ご予約・お問い合わせ 月～土、日・祝 8:30～18:00

# ☎ 03-5206-5956

医療法人社団CVIC  
**心臓画像クリニック飯田橋**



心臓画像 🔍

東京都新宿区新小川町1-14  
飯田橋リープレックスビズ 4F  
URL <http://www.cviclinic.com>



不整脈の気になる方は一度CVICにてドックを受けられることをお勧めします。