



## ◆うっ血性心不全の症状や原因

### ●高齢者での特殊事情

心不全とは、さまざまな原因により心臓のポンプ機能が損なわれた状態を指します。心臓は全身に必要とする血液を送り出すポンプですが、このポンプのはたらきが低下して肺や末梢の組織にむくみが生じて、息苦しく感じるのがうっ血性心不全です。うっ血性心不全の主な症状は、呼吸困難です。肺の病気でも呼吸困難の訴えは多いのですが、心不全では肺のむくみ、肺水腫に基づくため、就寝後しばらくしてから苦しくなるといふ“夜間発作性呼吸困難”や、上半身を起こすと少し楽になるといふ“起座呼吸”の症状が特徴です。しかし、高齢者では、このような典型的な症状よりもむしろ、全身のたるさや食欲の低下、便秘、活動の低下などといった一般的な症状だけが表に出ることが少なくなく、注意しなくてはなりません。さらに、動脈硬化が進んでいる場合が多いため心臓から送り出される血液が少なくなり、脳への血流も損なわれやすくなります。このため、めまいや不穩、見当識障害（時間と場所など周囲を正しく認識する機能の障害）、錯乱などの精神・神経症状が出やすいことも高齢者の特徴です。高齢者でうっ血性心不全を起す病気は、虚血性心疾患の狭心症や心筋梗塞、高血圧性心疾患、弁膜症、心筋症などさまざまですが、日本では高血圧性心疾患と虚血性心疾患が多いといわれています。

### ●治療とケアのポイント

急に呼吸困難が生じた場合や、血圧や意識の低下を伴うような重い場合には、CCU（心臓集中治療ユニット）に入院します。血圧や心電図、状態によっては心臓カテテル検査を行い、酸素、利尿薬、心臓のポンプを強める強心薬などが使われ、重篤な状況を乗り切るために一時的に機械による呼吸（人工呼吸）が必要になることもあります。比較的ゆっくり症状が進行する場合は、内服治療が中心になります。以前から、余分な水分、塩分を排出するために利尿薬や、心臓のポンプ作用を強めて心拍を安定させるためにジゴキシンが使われてきました。さらに近年、心臓のポンプ機能を長持ちさせ、心不全の高齢者の生存率を高めるアンジオテンシン変換酵素阻害薬やβ（ベータ）遮断薬などが、効果のある薬として比較的早期から用いられるようになってきました。心不全の悪化を防ぐには、塩分の制限や体重の管理、激しい運動やお酒をひかえるなど、日常生活の管理が極めて重要であることはいままでもありません。

うっ血性心不全の治療の原則は、一般には服薬、塩分制限と安静です。ただし、高齢者で注意しなければならないことは、安静を保つことで下肢の筋肉を使わなくなるために筋肉が萎縮を起こして、歩けなくなったり杖が必要になったりすることです。医師と相談しながら、心臓の機能にあった日常生活を送ることが大切です。



【回答】穴埋め漢字・①海 ②信 ③文 ④山 ⑤障 クロスワード・デゾメシキ

人と、ひとが心から。



さくら・介護ステーションとやま南/富山南鍼灸院  
富山市掛尾町249 スペースイン掛尾3F

TEL076-481-6239  
FAX076-481-6246

## 第 140 回 脳のトレーニング

### ■穴埋め漢字

マスに1字の漢字を入れて、  
4つの熟語を完成させます。  
※矢印の方向で作ってください。

①

上  
↓  
大 → □ → 中  
↓  
上

④

鉦  
↓  
登 → □ → 女  
↓  
奥

②

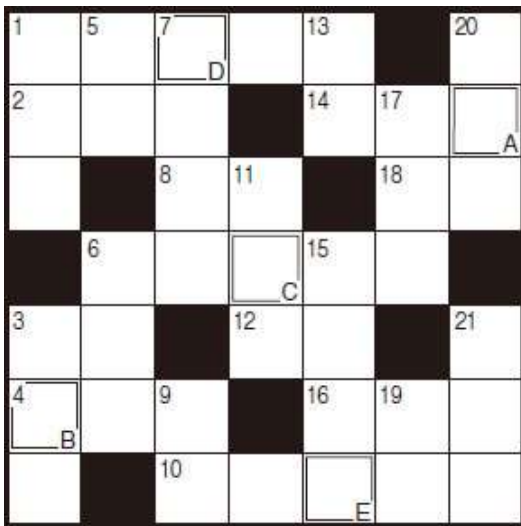
自  
↓  
確 → □ → 用  
↓  
号

③

注  
↓  
作 → □ → 字  
↓  
化

⑤

故  
↓  
保 → □ → 壁  
↓  
子



### ★ヨコのカギ

- 子どもが楽しみにしている正月の臨時収入。
- 昆布と～節でだしを取った。
- 親子や兄弟でそっくりな人も。
- 正月に付きものの汁物。
- 笑うと負けよ、あっぱつぶ。
- がっかりしたときに落とします。
- タイヤにつないでシュッシュ。
- ボーダーやストライプ。
- 落ち葉をかき集める道具。
- ノルウェーの画家、ムンクの代表的作品。
- 忍者が指を組んで結ぶもの。

### ■クロスワードパズル

#### ★タテのカギ

- ひょっとことよく対にされます。
- 英語でいうとファミリー。
- 凹がオウなら凸は。
- 金剛力士のこと。あうんで一対。
- このわたや酒盗もこの一種。
- 大豆は畑の～といわれます。
- 物は～と新製品を買ってみた。
- 牛乳を温めると表面にできます。
- 足の末端のこと。
- 京都・祇園の宴席に花を添えます。
- 一年の～は元旦にあり。
- ダイコンや練り物、ゆで卵などをだして煮込んだ料理。
- 正座をされていて切れることも。

A    B    C    D    E

□   □   □   □   □

