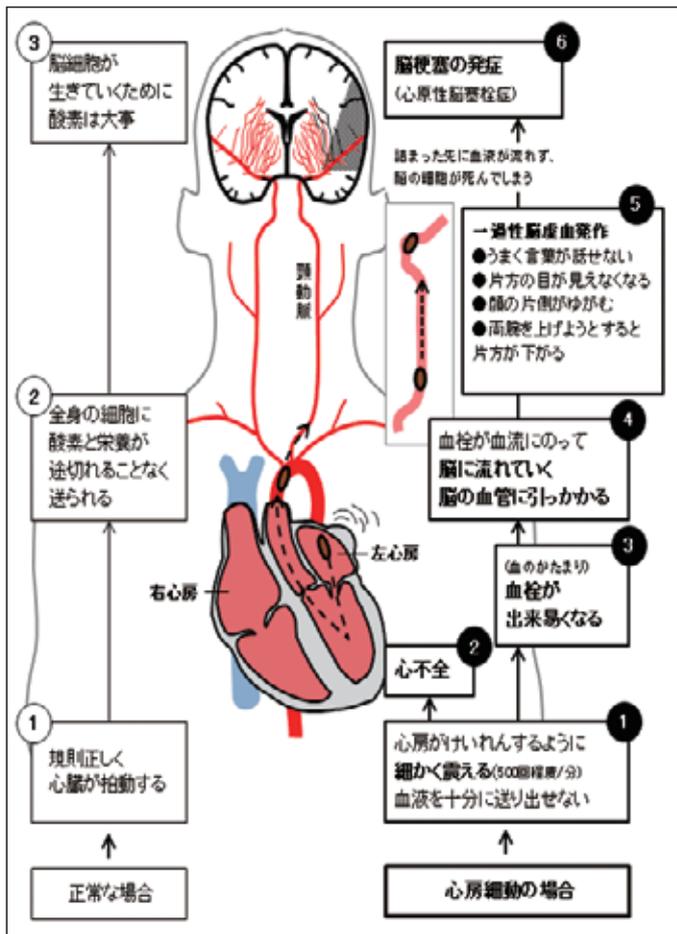


(図1)「血液の流れと心房細動」



心房細動について

心房細動とは、血液を送り出すために心臓を収縮させる心房内の電気信号

が乱れている状態です。すると、心房がけいれんするように小刻みに震えて、規則正しい心房の収縮ができなくなり

日本脳卒中協会は不整脈の一種である心房細動から生じる脳梗塞を予防するために、(3月9日)を「脈の日」と定めています。

ます。そのため、心房内の血液の流れがよどみ、血の塊である血栓が形成されやすくなります。心房内にできた血栓は、血流に乗って脳の動脈を詰まらせ、脳梗塞を起こします。

保健師
一口メモ



健康支援課
☎973-3209



3月9日は脈の日!!

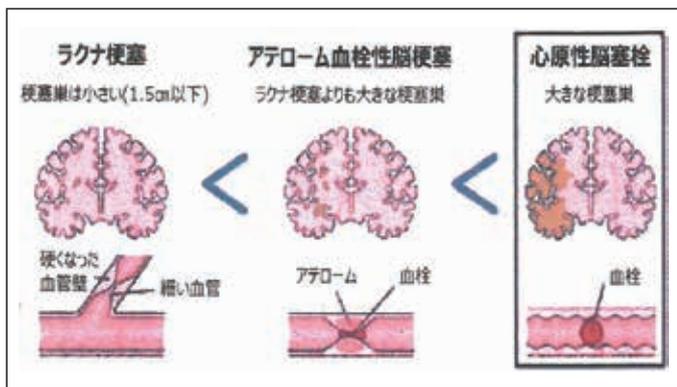
心房細動による脳梗塞を予防しよう

流れを正常な場合と心房細動がある場合を示しています。

心房細動による脳梗塞を予防しよう

心臓が原因で起こる心房性脳梗塞は他の脳梗塞に比べて、大きな血管が詰まるためダメージを受ける脳の範囲が広く(図2)、「死亡」や重度の「後遺症」

(図2) 脳梗塞の種類とダメージの範囲



早く見つけるには...

心房細動の自覚症状としては、めまい、ふらつき、息切れ、呼吸困難、疲労感、胸の痛みや不快感、動悸(脈のバラバラ感)などがありますが、症状の無いことも珍しくありません。脈拍の触診や心電図検査によって早期発見・受診することが、心房細動からの脳梗塞予防に不可欠です。

うるま市で実施している特定健診や生活習慣病予防健診では、診察医の判断が必要と思われる際には心電図検査を実施しています。年に一度の健診を忘れずに受けましょう。

を残すことになる頻度が他の脳梗塞より多いとの報告があります。

重度の後遺症を残すと、患者は長期間で厳しい療養生活を強いられ医療費も高額となることから、家族にとっても大きな負担となります。

心房性脳梗塞の原因の3/4は心房細動であるため、心房細動による心房性脳梗塞の発症予防は重要です。

市民健康作り標語
最優秀 小学生の部
「アキサミヨー たへすぎ
のみすぎ ゆくりすぎ」