人生100年時代の健康管理

桐生大学・桐生大学短期大学部副学長 山科 章

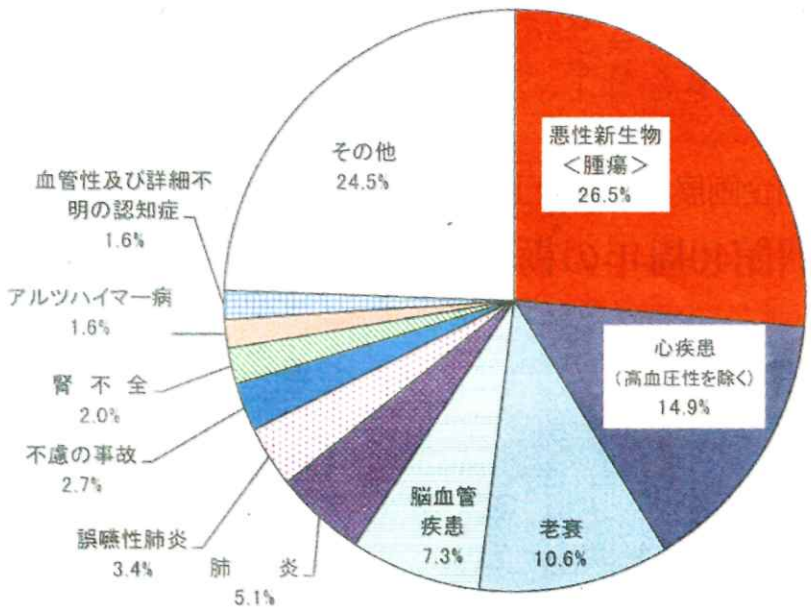
【プロフィル】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事長。

㊼その息切れ、心不全ではないですか？

いきなりですが、がんと心不全では、どちらが怖いでしょうか？

2021（令和3）年の死因統計を紹介しましょう。総死亡数は約144万人で、死因の第1位はがん（26・5％＝約38万人）で、第2位は心疾患（14・9％＝約21・5万人）です。そのため、多くの日本人はがんの方が怖いと思っています。ただし、この統計はすべてのがんをひとまとめにした総数で、部位別の死亡数（男女合計）でみると、肺がん（約7・6万人）、大腸がん（約5・2万人）、胃がん（約4・2万人）、膵臓（すいぞう）がん（約3・9万人）です。部位別にみると、がんがほとんどない心臓病による死亡が一番多いとも言えます。

病気が診断されて5年後に生存している割合（5年生存率）で比較してみましょう。最新の統計によれば、全てのがん（全部位、全病期）の5年生存率は68・9％です。ところが、心不全で入院した人の5年生存率は約50％です。主ながんの5年生存率は、膵臓がん10・3％、肺がん42・4％、大腸がん70・0％、前立腺がん89・9％、乳がん90・9％です。多くのがんより心不全の経過が悪いにもかかわらず、心不全の怖さが国民にあまり知られていないのです。



そこで、循環器学会と心不全学会が17年に心不全についてのステートメントを発表しました。それまで、心不全とは、「心臓は全身に血液を送り出すポンプとして一日中、休むことなく働いています」が、その機能が損なわれた状態が心不全です」と説明していました。より明確に心不全をイメージできるように、「心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気」としました。

多くのがんは手術で摘出できれば治りますが、心不全は簡単には治りません。治療によって症状は改善しますが、心不全そのものが完全に治ることはありません。過労、塩分や水分の取りすぎ、風邪、ストレスや、薬の飲み忘れなどにより、しばしば、症状が悪化、あるいは再発します。治療によって、心不全の症状は改善しますが、悪化と改善を繰り返しながら、だんだん悪くなるのです。

息切れは心不全だけで起こる症状ではありませんが、心不全診断のきっかけになる症状です。心不全のことをよく理解しましょう。対策を講じれば予防も可能です。

※次回は「心不全のステージとは…」です。

◆毎週月曜連載　桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

保健・福祉

インフルくんとコロナちゃん㊼

みなさん、こんにちは！ ボクはインフルくん。コヨミのうえではシュウブンをすぎた。アサとヨルのながさがほぼオナジになる。アキのヨナガをなきとおすムシたちがあらわれるころだ。そんななかでコロナちゃん、ややシタビになってきたとはいえ、まだまだあばれてるなぁ@@ ガッコウやカイシャ、シセツなどでのふくすうのカンセンシャがでてる。おとしよりやキソシッカンのあるかたがたのジュウショウカにチュウイをそそがないと。

そのよぼうさく、コロナちゃんのワクチン。あすからオミクロンたいおうのモノもセッシュかのうとなるよ。また、ニュウヨウジへのセッシュもよていされている。こんどのじょうほうにミミをかたむけよう。

RSウイルスおうじも、ここぞとばかりにねんしょうのこどもたちのキカンシにはいりこんでワルサしてる。「コンコンゼーゼー」したら、はやめにかかりつけいにソウダンしよう！

それじゃまたねー。つづく。

（26日、桐生市医師会）

はやってる病気は？

群馬県の感染症サーベイランス（9月12～18日）

疾病名	3週前報告数	2週前報告数	1週前報告数	今週の報告数
インフルエンザ	1	0	0	0
RSウイルス感染症	18	40	49	65
咽頭結膜熱	4	6	2	0
A群溶連菌咽頭炎	3	6	11	5
感染性胃腸炎	105	113	113	117
水痘	3	0	1	0
手足口病	177	163	130	170
伝染性紅斑	0	1	1	0
突発性発疹	18	18	29	18
ヘルパンギーナ	34	54	60	48
流行性耳下腺炎	2	4	1	3
急性出血性結膜炎	0	0	0	0
流行性角結膜炎	3	3	3	1
細菌性髄膜炎	1	1	1	0
無菌性髄膜炎	1	0	0	0
マイコプラズマ肺炎	0	0	0	0
クラミジア肺炎	0	0	0	0
感染性胃腸炎（ロタウイルス）	0	0	0	0
インフルエンザ（入院患者）	0	0	0	0
風疹	0	0	0	0
麻疹	0	0	0	0
百日ぜき	0	0	0	0

広告　「STOP! 突然死」――。桐生タイムス 心肺蘇生・AED事業 協賛各社　◇協賛事業所様随時募集中…詳細は☎0277-46-2511 桐生タイムス社まで

桐生市・みどり市・足利市及び近郊エリア AED設置施設　私たちはAEDを設置し安全確保に努めています
公共施設ほか、その他の設置状況についてはインターネット等で公開されています。

社会福祉法人梅田福祉会 梅の郷 TEL：0277-20-5055 桐生市梅田町4丁目1774-4

内科・小児科 志鳥クリニック みどり市笠懸町鹿4650 笠懸幼稚園角 ☎0277-76-9998

万が一のときは桐生ガスプラザに設置されたAEDをご利用下さい 桐生中央商店街 本町4丁目（美喜仁付近）～本町5丁目（コバトラ薬局付近）

武藤接骨院 桐生市宮前町1丁目4-15 ☎0277-22-4667

DARWIN ほけんの窓口 5店舗に設置しています 桐生店 ☎0120-113-692 ジョイフル本田ニコモール太田店・前橋国領店・ガーデン前橋店・フォレストモール新前橋店

あすかホールグラウンドゴルフ場 みどり市笠懸町阿左美1572-1

やぶ塚温泉 政府登録国際観光旅館 ホテルふせじま 〒379-2301 群馬県太田市藪塚町162 TEL.0277-78-2321(代) FAX.0277-78-3592 http://www.fusejima.com/

たつきち 和膳 TATSU KICHI 桐生市新宿3丁目13-10 0277・44・3525 大小宴会承ります

株式会社タカミヤ 群馬工場 桐生市新里町新川3327 ☎0277-74-3121

一般社団法人 群馬県損害保険代理業協会正会員 火災・自動車・傷害・生命保険・その他各種保険取り扱い 株式会社アイホケン 〒376-0027 桐生市元宿町21-10 TEL(0277)45-1177 FAX(0277)45-1178

デイサービス 田福庵 桐生市菱町3丁目2044-8 ☎0277-20-8581