

健康

について考える

テーマ

第1回

心臓突然死とAED

マラソン大会の出場者が心筋梗塞を起こして死亡。そんなニュースが新聞やテレビで報道される機会が増えている。健康でスポーツが好きだった高円宮様が「心臓突然死」が原因で47歳の若さで急逝したことも記憶に新しい。予測不能ともいわれる心臓突然死はなぜ起きるのか。また、目の前で倒れた人をどう助ければいいのか。神戸市灘区の「河村循環器病クリニック」の河村剛史院長に話を聞いた。

循環器病クリニックをはじめ力を入れる医療機関は少しずつ増えている。

こうしたリスク評価をていねいに、それに対応した治療を進めれば、心臓突然死の予防はもちろん、本当の意味での健康づくりにもつながる。

リスクを評価したうえで、突然に心臓が止まってしまふことがあれば、その時は「AED」（自動体外式除細動器）の出番になる。

「今年兵庫県下で開催されるのじぎく国体は、会場すべてにAEDが設置される。AED国体」としても注目を集めています」。

心臓突然死が起きる場所は75%が家庭、20%が公共施設、5%が運動中という統計もある。自分自身や家族はもちろん、目の前で人が倒れた場合どうするかを知っておく必要がある。

「万が一、そうなれば「救急車とAEDをお願いします」と叫んでください。そして、普段から講習会などの機会をとらえ、AEDを使用した心肺蘇生法を身につけておいてください」と強調する。

以前留学していたアメリカでは、中学生までも心肺蘇生法を知



AEDによる心肺蘇生法の講習会。年々参加者が増えている

っていた。「日本でも救えた命があったはず」。その思いがAEDを使った心肺蘇生法の普及に努める河村院長のパワーの源になっている。

※AEDとは・・・

AEDは「Automated External Defibrillator」の略で、心臓の血管が詰まることで心臓が起こす不規則なけいれんを電気ショックで一定のリズムに戻す装置。胸に電極を張りつけると、心室細動を解析し電気ショックが必要かどうかを自動的に判断する。使用するのに資格は必要ない。

表 虚血性心疾患の危険因子

- ・年齢・男性45歳、女性55歳以上
- ・家族歴
- ・高山庄・安静時140/90mmHg以上
- ・高脂血症
- ・糖尿病
- ・喫煙
- ・肥満：ウェスト周囲径が男性85cm、女性90cm以上の内臓脂肪蓄積型肥満
- ・精神的・身体的ストレス



運動負荷装置

高円宮様の例をはじめ、中高年がスポーツをしている時に起こる心臓突然死の大半は心室細動によるものといわれている。文字通り突然起きるものだが、事前にその危険因子(要素)をしっかりとしておくことは可能だ。

「ただ、これにあてはまらないから安心というわけではありません」と河村院長。安静時の高血圧は正常でも、運動時に高血圧になる人もいるからだ。また、加齢とともに血管が固くなり動脈硬化を起こしやすいうというデータもある。

「中高年は特にスポーツを始める前に自分がどんなリスクを持っているかを知り、医師やインストラクターの適切な指導を受けることが大事なんです」。

リスク評価には専門的な知識と機器類が必要だが、河村

河村剛史(かわむら つよし)さん



神戸市灘区
岸地通の河村
循環器病院長、心臓
ニッククリニック
医学博士。

救生の普及に尽力する第一人者として知られる。

ホームページアドレス

<http://www.kawamura-cvc.jp>