

# おらほの病院

107

～あたたかな医療をめざして～

## 諏訪中央病院 リレーコラム

「心不全パンデミック」をご存知ですか？先のコロナ流行の際に「パンデミック」という表現は一般的な表現となりました。医学は進歩しているとされる現在においても心不全の診断を受ける患者数は年々増加しており、入院数・死亡数ともに増加している状況を「心不全パンデミック」と表現しています。近年では心不全としての症状はないですが、高血圧や糖尿病などを有している前心不全なども含めて様々な病態の理解・認識が進んでいます。加えて新規薬剤や様々な手術などの登場などもあり、心不全診療は日々進歩しています。それでも患者数や死亡数の増加が止まらない現在においては、かかりつけ医や地域と連携していかに管理を行っていくかが重

あお やま ゆたか  
**青山 泰**

諏訪中央病院  
循環器内科医師



青山 泰

(あおやま・ゆたか)

自治医科大学附属病院にて臨床研修。令和7年4月より現職。

要と考えられます。

心不全診療の主軸は薬物治療、運動療法、食事療法です。心不全治療薬は新規の薬剤が続々と出てきており、特に重要な4種類の薬

# 地域で診る心不全

剤はFantastic4とも呼ばれ、それぞれの心臓に合わせた調整を行います。一昔前までは、心不全＝安静や厳密な食事制限が必須とされていましたが、近年様々な研究により適切な運動習慣の重要性や患者個人に合わせた飲水・食事制限が重要であることが報告されています。また場合によっては手術なども検討される方もいるでしょう。

こういった治療を一人で抱え込んでいませんか？「食事や運動は

自分のやり方でよいのか？今の息切れは様子をみていいのか？日々の心配はありませんか？心不全治療は多岐にわたり自己管理も重要ですが一人で抱え込むことは望ましくありません。かかりつけ医や専門性の高い検査や入院を行う地域の中核病院、包括支援センターや訪問看護ステーションなど、様々なところとつながって協力して診ていくことが重要です。

当科では毎週水曜日の午後12時から「心不全外来」と銘打って、生活

習慣病を指摘された前心不全や息切れや胸痛などで悩んでいる患者さんの紹介を頂いています。心肺運動負荷試験や心エコー検査、運動負荷心エコーなどの検査を行い必要であれば入院での追加検査や心不全教育なども行います。各検査・指導が終了したらかかりつけ医や地域への情報提供を行い患者さんの暮らす地域との連携を図っています。本年度から「ハートノート」を主体に心不全教育や指導を行い、患者さんと医療者の共通認識を深めています。心不全とは何かから始まり、生活習慣・薬物療法などの自己管理などが記されており、医療者だけではなく患者さんにも理解のはかどる内容となっています。

生活習慣病や心臓病の自己管理は悩むことも多いと思います。一人で抱え込まず、地域全体で大切な心臓を守っていきましょう。



次回は9月7日掲載予定  
(題字は鎌田實名誉院長)