

Social medical corporation hokuto

★広報誌★

2020

07

ほくと7

seven

89

VOL.

<http://www.hokuto7.or.jp>

「特集」

狭心症

循環器内科 × 心臓血管外科

写真：北海道えりも町 豊似湖

園芸療法12ヵ月 23

contents

- 02 園芸療法12ヵ月
研修医日記
- 03 循環器内科
特集 狭心症
- 07 心臓血管外科
- 08 HOKUTO NEWS



十勝自立支援センター
介護老人保健施設 かけはし

園芸療法士
剣持 卓也

植物のある環境や植物を育てることを用いて、対象となる方々の心身機能維持、回復に取り組む。
日本園芸療法学会認定・上級園芸療法士。

老健かけはしBlog(ブログ)
園芸療法の取り組みやかけはしのイベント情報等、随時更新。ぜひご覧ください。



7月「緑の中を巡る」

6月半ば、かけはしで園芸療法が始まって2年を迎えるタイミングでプログラムのリニューアルを行うことにしました。これまでは自由に参加できるグループとして運営していたのですが、参加される方の目的に応じた利用や新型コロナウイルス感染対策のために、段階化したグループ作りと少人数での実施に取り組むことにしました。そのうちのひとつ、新しく設定した「庭さんぽ」というプログラムでは、身体機能が低下し、これまでの活動では参加が難しかった方々と星の庭を巡るということを始めました。木々や花など緑のある場所や空間で過ごすことが心身に良い影響を及ぼすという研究結果をここ数年よく耳にするようになりましたが、高齢者施設で過ごされる方はどうしても室内に閉じこもりがちになります。庭さんぽでは、星の庭を巡る中で、植物に触れてみたり匂いを嗅いだり、鮮やかな花を眺めたりと植物からの穏やかな五感への刺激を感じられるだけでなく、陽の暖かさや風の感触も身体全体で感じられます。

庭に咲く花や木々の葉が最も鮮やかな7月、穏やかな陽射しを浴びながら緑の中を巡るうちに、身も心も緩んで普段は見られない表情や会話が生まれ、和やかな時間が流れることでしょう。



学生時代のヒトコマ



チューター/
整形外科・リウマチ科
主任部長
石田 直樹先生

大阪から遠く離れた場所での就職に初めは不安でしたが、少しずつ慣れてきています。段々と方言も分かってきました。患者さんが「こわいこわい」と言っていたのをずっと『怖い』と勘違いしていたのも今では良い思い出です。休日はよくテニスをしています。2年間、皆さんよろしくお願ひします！

初めまして！ 研修医1年目の田村峻也と申します。去年、学生として1ヵ月半北斗病院で実習をしていました。候補の病院の中から自分で選ぶ形式。大阪以外の病院も見たいなあ。あ、この病院先輩働いてるやんなって軽い気持ちで選びましたが、北海道の大自然に触れ、帰るころにはここで働くことを考えていました。もし最初に違う病院を選んでいたら、今帯広にはいないと思います。

たむし
田村 峻也
しゅんや



研修医日記
vol.6

初期臨床研修医1年目



『狭心症』について

— 4月に新たに遠田先生を部長に迎え、新・循環器チームとして始動。
その遠田先生と心臓血管外科の井上先生に『狭心症』についてお聞きしました。

心臓は体中に血液を送り出すポンプの役目をしている臓器です。心臓は筋肉でできていますが、心臓の筋肉も血液から酸素をもらって活動しています。心臓の中には血液が常にあるのですが、残念ながら、心臓の中の血液から心臓の筋肉へ酸素を供給することはできません。心臓の出口のところは心臓の筋肉へ向かって血管が分岐しており、この血管からの血流で心臓は酸素が供給されます。この心臓の筋肉を栄養する血管を冠動脈と呼びます。狭心症は心臓の筋肉が必要なだけの酸素が供給されないため、酸欠状態になり、胸が苦しくなったりする病気のことをいいます。

狭心症の分類

狭心症の原因は、心臓の筋肉を栄養している冠動脈に異常を来すことがほとんどです。大きく分けると、主に次の二つの原因と考えられています。

①動脈硬化によるもの

動脈硬化とは、血管の加齢現象です。水道管も長く使っていると管の内側が汚れたりしてくると同じことです。人間も長生きするようになると、加齢に伴う変化が現れるようになり、同じ年齢の人でも老け

て見える人もいれば、若く見える人もいるのと同じで、動脈硬化の進行度も人によって様々です。

動脈硬化には促進因子があります。高血圧、たばこ、糖尿病、高脂血症、透析などがある方は通常の人より何倍も早く血管が老化してゆき、動脈硬化が進行してゆきます。狭心症になるべくならないようにするためには、これらの動脈硬化の促進因子をコントロールしてゆくことが大事と考えられています。

なった状態で運動すると、心臓の筋肉の酸素消費量が増えてきますので、その時に十分な酸素が供給できないため、心筋が酸欠状態となり、胸の違和感が出現するようになります。休んで心筋の酸素消費量が減ると、症状は良くなります。この動脈硬化が、原因の狭心症は、主に運動したときに症状を認めるため、労作性狭心症と呼ばれます。一般的に狭心症と言われるのは、この



循環器内科
遠田 賢治先生
赤津 智也先生
高橋 一泰先生
沼崎 太先生
(左から)

心臓血管外科
井上 信幸先生
福西 琢真先生
小林 健介先生
(右から)

心臓血管外科

循環器内科

循環器内科での治療

動脈硬化による労作性狭心症を指すことが多いです。

②血管の痙攣によるもの

労作性狭心症とは違い、動脈硬化が全くなくても、冠動脈が痙攣することによって一時的に血流が悪くなり、心臓の筋肉へ酸素が行かなくなり、狭心症発作を起こすものがあります。これを、労作性狭心症とは違う狭心症として、異型狭心症、冠攣縮性狭心症と呼ばれます。血管の痙攣については血管の内膜組織が損傷していることが原因であるといわれていますが、東洋人に多い病気ともいわれており、原因ははっきり分かってはいません。しかし、たばこを吸うと発作が起きやすくなることが知られており、この病気と診断された場合には禁煙することが大事になります。血管の痙攣は寒さ、自律神経の

活動と関連しているといわれており、寒い日の朝方に発作が起きやすいといわれています。

狭心症の診断

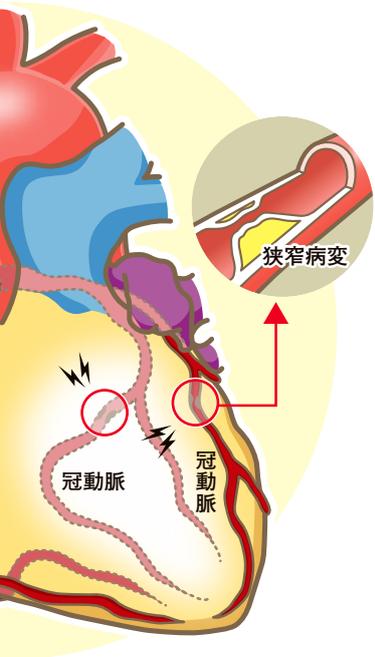
心臓の検査としては、主に心電図検査、胸部レントゲン写真、心エコー検査、採血検査などが行われます。狭心症の検査の特徴は、症状が無いときには全く異常所見が無いことです。たとえ冠動脈に狭縮があったとしても、安静時で症状が無い場合には、心臓の筋肉へ十分酸素が供給されており、よほどひどい発作が起こった後で、心臓の筋肉にダメージが残っている場合で

無ければ、検査データに異常は検出されません。

そのため、狭心症の診断で最も大事なことは、患者さん自身の自覚症状になります。循環器科に胸の違和感があるということで紹介された場合、かなりしつこく症状について聞かれたりするとおもうのですが、検査で異常がないため、患者さん自身の症状についてのお話が一番の診断の助けになるのです。循環器科の医師はしつこいくらいにお話を伺うと思うのですが、このような理由からですので、いやがらずに質問に答えて

頂ければと思います。

近年の検査機器の発達により、CT検査にて心臓の血管の動脈硬化の様子が評価できるようになりました。そのため、医師から狭心症が疑われる場合には心臓のCT検査を勧められることになると思います。CT検査に時に造影剤というレントゲンに写る薬を血管内に入れて、冠動脈に造影剤が入っている時に撮影を行う



循環器内科 遠田 賢治

浜松医科大学卒。日本内科学会専門医、日本循環器学会専門医、日本不整脈心電学会認定不整脈専門医、日本心臓血管インターベンション治療学会認定 CVIT 認定医、「植込型除細動器/ペースメーカーによる心不全治療」認定医



こんな症状が あったら受診を!

- 階段や雪かきで
胸が痛くなる、苦しくなる
- 圧迫される、
締め付けられる、
冷や汗をとまなう痛み
である
- 痛みは休むと
短時間で落ち着く
- 早朝に
胸が痛むことがある

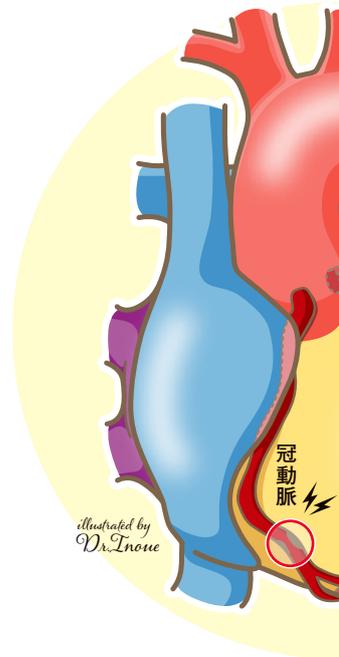


ことによって、冠動脈内の動脈硬化病変の評価ができればよいになりました。

心臓CT検査で冠動脈に狭窄病変が疑われる場合には、入院して頂き、心臓カテーテル検査を受けて頂くこととなります。

冠動脈の痙攣が原因の異型狭心症の場合も同様で、症状が無いときにはどんな検査を行っても異常が出ないことが多いです。そのため、やはり症状の出方や、薬の効果など総合して判断することになります。確実に痙攣を確認するため、カ

テーテル検査時に冠動脈内に直接痙攣誘発物質を入れて、実際に誘発されるのか試してみることもあります。痙攣が誘発できれば確実に診断されますが、誘発物質で必ず痙攣が誘発できるものでもありません。また、誘発されなかったからといって、痙攣が無いとも言いきれません。



— 狭心症の具体的な治療 について教えてください —

狭心症の治療

冠攣縮性狭心症の治療は、血管の痙攣が起きないようにするための、内服治療が主になります。たばこを吸っている方の場合には禁煙すること、発作が起きないように投薬の調整を行います。

労作性狭心症の治療は重症度によって、3通りの方法のどれかを選択することになります。狭心症の重症度は、心臓カテーテル検査といつて、手首、肘、足の付け根などから細い管を心臓の血管まで持って行き、冠動脈に直接造影剤を入れて、いろいろな角度から血管を撮影し、動脈硬化による狭窄病変がどの部位にど

のくらいあるかによって決まります。

冠動脈は3本の血管で構成されています。3本の血管が全てかなり狭いとか、血管の根元が狭い場合は重症と評価されますので、外科的なバイパス手術をすることになります。

比較的大きな血管に、2〜3カ所程度の狭窄の場合には、カテーテルを用いて、風船を膨らませたり、ステントという金属を入れたりして広げる治療になります。

非常に細い血管だけに狭窄病変がある場合には、バイパスもつなげない、風船でも膨らませられないということになるので、薬による治療を行うこととなります。

どの治療を選択するべきなのかは、カテーテル検査を受けた上での医師の判断に任せて頂ければと思いますが、ご高齢で手術には耐えられないとか、腎臓が悪くてカテーテルができないとか、個々の事情に合わせてどの治療を選択するかを検討することになります。

心臓血管外科での治療

—井上先生、具体的な外科的治療について教えてください—

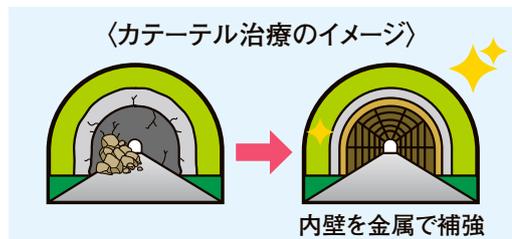
狭心症に対する外科的治療

動脈硬化の進行により内腔が狭くなった冠動脈に対しては、循環器内科での「カテーテル治療」か、心臓血管外科での「冠動脈バイパス手術」が選択されます。それぞれの治療の違いを「道路と土砂崩れが起きたトンネル」に例えると、トンネル内の土砂を退け、再び崩れないように金

属の柱で補強するのが「カテーテル治療」です。一方、崩れたトンネルには手をつけず、トンネルの先につながる新しい迂回路（バイパス）を建設するのが「バイパス手術」です。狭心症の多くはカテーテル治療が可能ですが、先述の様にカテーテル治療が困難と判断される病変や場所、糖尿病患者さんの複数の冠動脈病変に対してはバイパス手術が選択されます。またカテーテル治療とバイパス手術を合わせ技で行うこともあります。

冠動脈バイパス手術

手術は全身麻酔で行います。バイパスに使用する血管はとても細く、人工物ではすぐに詰まってしまうため、自身の血管を採取し使用します。血管には心臓から血液を送る「動脈」と、



心臓へ血液を戻す「静脈」の2種類があります。どちらも使用され動脈の方が長持ちします。胸の内側を走行する「内胸動脈」は最も使用される血管です。また他に手の動脈、胃の動脈も使用可能です。しかし動脈は採取できる場所や長さに限りがありません。足の付け根から内くるぶしまでを走

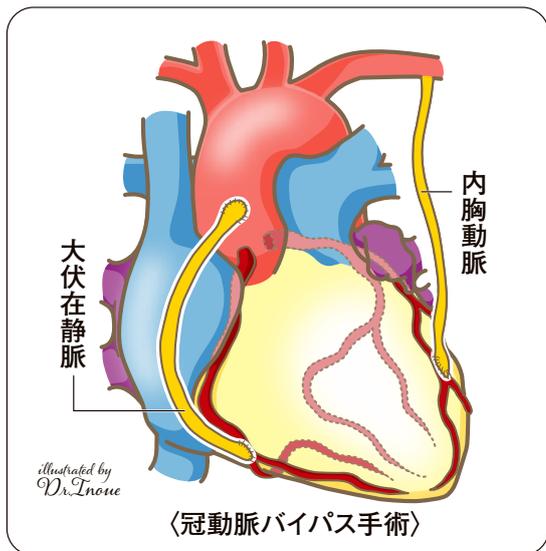
心臓血管外科 井上 信幸

北里大学卒。日本心臓血管外科学会専門医、日本外科学会認定医・専門医、日本循環器学会認定専門医、日本不整脈学会「植込み型除細動器／ペースングによる心不全治療」認定医、下肢静脈瘤血管内レーザー焼灼術指導医





行する「大伏在静脈」は長く採取でき、拡張性に富むことから非常に多く使用される血管です。狭くなった冠動脈の先に、髪の毛ほどの細い糸でこれらの血管を縫い付けます。この時血流をサポートする装置を用いて、心臓を楽な状態にする、または一旦停止させて手術を行う方法「人工心肺使用」と、心臓を動かしたまま手術を行う方法



「人工心肺非使用」の2種類があり、当科ではそれぞれの患者さんに適した方法を選択しています。

北斗病院 心臓血管外科 での治療について

心臓手術は「怖い」かつ「寝たきり期間が長い」というイメージを多くの方が持っています。医学の発展と共に、「安全」かつ「早期の回復、短い入院」で行われるようになってきました。心臓手術は術後に集中治療室に入りますが、多く場合翌日から食事やり

ハビリテーションが開始されます。80歳を超える高齢な患者さんでも入院期間は10日から2週間程度です。当科では傷が小さく、回復の早い低侵襲手術を積極的に提供しています。バイパス手術で使用する手の動脈は、内視鏡を用いて3cm程度の傷で採取できます。また心臓弁膜症の治療のひとつである僧帽弁形成術は、右胸に7cm程度の傷で骨を切らず、内視鏡を用いて行うことができます。

— 今後の抱負について

す。心臓病の治療は外科と内科でお互いに協力し合っ、患者さんのためにいい治療を提供するものです。内科と外科で十分な協力が取れる体制も整っています。新たなメンバーで気持ちも新たに地域医療に貢献したいと考えておりますので、よろしくお願ひします。

井上先生／循環器内科の医師とともに、新しい心臓センターとして、安全かつ最新の心臓治療を十勝の皆さんに提供していきたいと考えております。

— **遠田先生、井上先生、**
ありがとうございます

遠田先生／2020年4月1日より循環器内科部長として、東京から遠田が着任しました。医師になってから東京女子医大病院と、その関連病院で地域の第一線で仕事をしてきました。その経験を活かして北海道のこの地で大病院にも負けない治療を提供できればと考えています。2019年より心臓血管外科も北里大学より井上が着任していま



協働のまちづくりに関する包括連携協定締結

当法人と帯広市は北斗福祉村ガーデン星の庭一帯を活用したまちづくりの推進に協働で取り組むため、6月9日に星の庭にて包括連携協定を締結いたしました。

初夏の穏やかな天候の下、北斗福祉村ガーデン星の庭において、帯広市と当法人との協働のまちづくりに関する包括連携協定の締結式が執り行われました。締結式では、帯広市の米沢則寿市長と当法人の鎌田一理事長が協定書にサインし、北斗福祉村ガーデン星の庭一帯を活用してだれもが生きがいをもち、安心して健やかに暮らせるまちづくりに協力して取り組むことを約束しました。

今後、本協定に基づき以下の4つの分野での連携に取り組めます。①コミュニティの活性化に関すること、②植物・ガーデンの魅力発信に関すること、③高齢者・障害者支援、健康の維持・増進に関すること、④その他、星の庭一帯を活用した取り組みに関すること。①については、庭での野菜栽培体験を通じた食育活動や、庭でのガーデニング活動を介しての子どもと高齢者の多世代交流、②については庭での収穫

祭や寄せ植えづくり等のイベント開催、③では庭でのガーデンボランティア活動や交流を通じた健康維持・増進活動の展開、④では老健かけはしを災害時の福祉避難所として活用すること等を想定しています。

締結式の後、食育活動の一環として、第二ひまわり幼稚園の園児の皆さんと野菜の苗植えを行いました。今後継続的に星の庭に来て頂き、野菜の世話や、収穫、調理まで行う予定です。

本来であれば、北斗福祉村内の施設を利用されている高齢者の方々や地域の皆さまとの多世代交流を行いたいところでしたが、新型コロナウイルス対策のため、今回は園児の皆さん単独での取り組みとしました。今後も新型コロナウイルスによる制限はありますが、ガーデンという屋外空間を有効に活用し、新たなまちづくりの取り組みとして帯広市と連携しながら様々な活動を進めて参りたいと考えています。



挨拶をする鎌田理事長、奥は米沢帯広市長



NEW

新得クリニック
院長
一井 雄二
Ichii Yu-ji

新得町の皆さま方に良質な地域密着型医療を提供し健康の維持・増進に努めます。

医師着任のご案内

NEW

脳神経外科
医師
青山 貴子
Aoyama Takako

十勝での生活は初めてで不慣れな点多々ありますが、少しでも皆さまのお役に立てるよう努力して参ります。



お気軽にお問い合わせください

すべてのお問い合わせ ☎0155-48-8000〈北斗コールセンター〉



- 関連施設
- 北斗病院.....(帯広市)
- 北斗クリニック.....(帯広市)
- 十勝リハビリテーションセンター.....(帯広市)
- サービス付き高齢者向け住宅 あやとり.....(帯広市)
- 十勝自立支援センター介護老人保健施設 かけはし(帯広市)
- ほくと自立支援ホーム/カンタキあおぞら.....(帯広市)
- 上士幌クリニック/介護老人保健施設かみしほろ(上士幌町)
- 新得クリニック.....(新得町)
- 熊谷総合病院.....(埼玉県熊谷市)
- HOKUTO画像診断センター.....(ロシア・ウラジオストク)
- HOKUTOリハビリテーションセンター(ロシア・ウラジオストク)