

心筋梗塞で死なないために (心臓発作の対処法)



山 口 県 医 師 会
山口県医師国民健康保険組合

心筋梗塞で死なないために

目次

1. こういうときが急性心筋梗塞だ	1
2. 心筋梗塞発作が起こった時の対処法	2
◎ためらわずに救急車（119に電話）を呼びましょう	
◎救急車を待っている間にできる事	
3. 急性心筋梗塞は冠状動脈の突発事故！	3
4. 診断は心電図で決まり！	3
5. 急性心筋梗塞は早期治療で劇的に軽快！	4
6. 前ぶれの狭心症に注意！	5
メモ 狹心症らしい胸痛	
メモ 狹心症が否定的な胸痛	
メモ 狹心症には心電図検診は無力	
7. 急性心筋梗塞は予防できるか？	6

キーワード

重い心臓発作の大部分が急性心筋梗塞！

急性心筋梗塞と思ったら一刻も早く救急病院へ！

前ぶれの胸痛発作があれば早めに受診しましょう。

心臓発作で急に倒れる！ 心臓発作で死んでしまう！

決して珍しい事ではありません。いつあなたや大切な家族に起こらないとも限りません。これらの大部分が急性心筋梗塞なのです。しかし治療を適切に極めて早期に行うほど助かる見込みは高くなります。

ですから急性心筋梗塞に対する対処法はとても大切なのです。

心臓発作の主な症状

胸が苦しい　しめつける
冷い汗　吐き気　めまい
胸が痛い

突然胸の痛みと共にたおれる



こういう症状が突然起こればほとんどが急性心筋梗塞です。

たとえ心筋梗塞でなくても、心筋梗塞として取り扱った方がまちがいありません。

(心臓発作の場合は疑しきは罰す)

* 胸痛ではなく、みぞおちの痛みや背中の痛み歯茎の痛みの場合もあります。

2. 心筋梗塞発作が起こった時の対処法

◎ためらわずに救急車（119に電話）をよびましょう。

- * 病状が軽くみえても救急車を利用しよう。
急速に状態が悪化し心停止、呼吸停止を起こすことがあるからです。
- * 直接専門病院へ！
心臓発作の時は心臓病に対処できる備えを持った施設で一刻も早く受診する事が重要です。
時間の節約の為、かかり付けの医師にこだわらず（とばして）救急車で専門施設に直接行く事が大切です。
- * 夜間や休日の時はどうする？
絶対我慢しない事！
夜中や時間外だからといって家で我慢してはいけません。
治療の手後れが一番こわいのです。ふつう我慢強いとほめられますが心筋梗塞の場合は命とりになります。

◎ 救急車を待っている間にできる事



1. 衣服を緩め楽な姿勢に
2. 温度は快適な状況に
3. 息苦しい場合は上体を少し起こして背をもたれさせる

ニトログリセリンがあれば舌下してみる（狭心症の薬だが心筋梗塞にも効く事がある）
心停止、呼吸停止があれば心肺蘇生術（人工呼吸、心臓マッサージ）

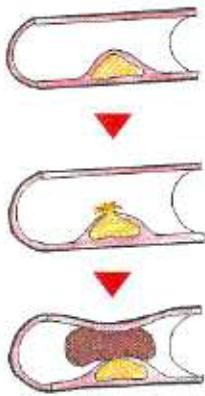
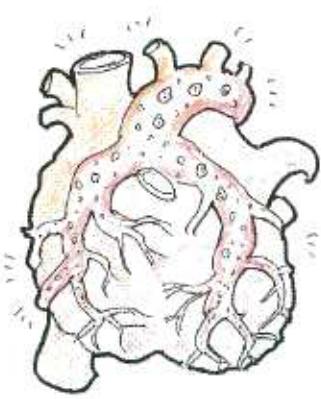
【人工呼吸】下顎拳上法で気道の確保。



【心臓マッサージ】
1秒に1回。リズミカルに。



3. 急性心筋梗塞は冠状動脈の突然事故！



心臓は全身に血液を送りだすポンプの働きをしており袋状の筋肉でできています。心臓の筋肉はたくさんエネルギーを必要とし、そのエネルギーは冠状動脈の血流を通して送られます。

突然冠状動脈が詰まる。

梗塞→心筋細胞の死！

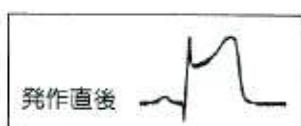
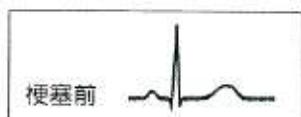
血管の壁にあるコレステロールの固まりが破れ、それが刺激となって血液の固まりができるのです。

血流が途絶えると心筋細胞は死に始める。

イラスト引用：「狹心症心筋梗塞を治す本」（主婦と生活社刊より）

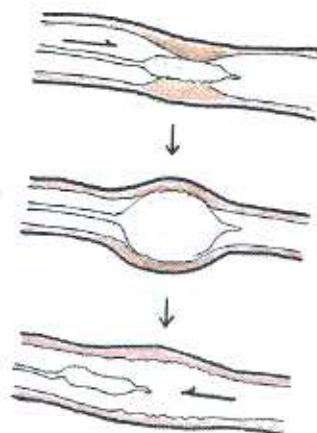
4. 診断は心電図で決まり！

急性心筋梗塞かどうかすぐに診断できます。



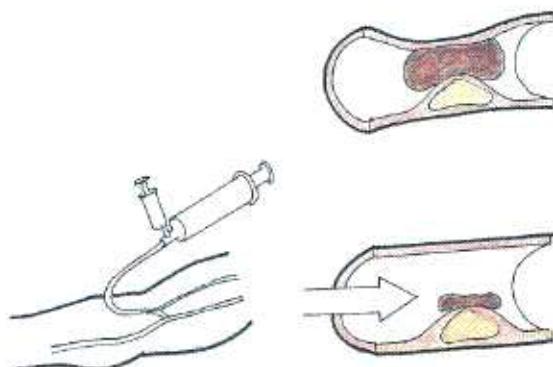
5. 急性心筋梗塞は早期治療で劇的に軽快！

治療は単純、詰まったパイプを通してよいのです。
(発症約6時間以内・できるだけ早くが理想的です。)



〈バルーン法〉

カテーテル（細いビニールの管）を腕や大腿部の針穴から冠状動脈まで通し、バルーンで詰まった冠状動脈をひろげるのです。治療が早ければすぐに胸の痛みもとれ、早くに元気になる事もかなり期待できます。



〈注射による血栓溶解療法〉

比較的簡単にできる治療法は注射薬による血栓溶解療法です。しかし欠点としてバルーン法に比べて成功率は少し低く、1%位脳出血の可能性があります。

バルーン法の例

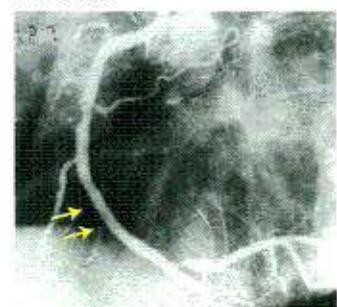
右冠動脈閉塞



PTCA中



PTCA後



【前兆の兆候を五つ】

狭心症は数分間の胸痛発作で一過性の冠状動脈の血流不足によって起こります。急性心筋梗塞の患者さんの約半分の人にもえぶれとしてこの狭心症発作が起こります。この時点で早めに受診し治療を受ければ心筋梗塞にならずにすむのです。

このような狭心症を不安定型狭心症と呼び心筋梗塞のまえぶれとしてとても重要です。

不安定型狭心症

- ① 最近起こってきた狭心症
- ② 胸痛発作の回数や強さが増してきた狭心症

これは心筋梗塞になりかけの可能性が高い状態なので早めに受診しましょう。

*メモ 狹心症らしい胸痛

1～5分位の発作的、締めつける、圧迫される性質。
気分不快、息苦しさ、冷や汗等をともなうことが多い。

*メモ 狹心症が否定的な胸痛

顔色が良い、むしろ紅潮している、冷や汗がない、呼吸困難がない等、一般に症状が軽く重篤感がない。

(整形外科的原因) 押さえたり身体をひねったりすると痛みが強くなる。

(呼吸器疾患) 呼吸や咳で痛む

(神経的) 気にした時だけ痛む

(食道炎) 食事に関係した胸焼け

*メモ 狹心症には心電図検診は無力

安静時の心電図では狭心症はほとんどわかりません。

検診で異常なしといわれても安心してはいけません。

7. 急性心筋梗塞の予防はできるか？

心筋梗塞は生活習慣病です。

自分の健康管理によって努力でかなり防ぐ事ができます。

原因となる動脈硬化の進行を遅らせる事が第一ですから喫煙、高血圧、高脂血症、糖尿病、肥満、ストレス等に注意した生活を心がける事が大切です。

胸が痛む、苦しい、しめつける
重篤感！
いつもと違って
なにかおかしい！

このように感じたら、ためらわず
救急車を呼び、直接、専門病院で
受診して下さい。