

つなぐ

さいちゅう
レター

2023年
7・8月号
vol.34



循環器内科

遠藤 彩佳

男性とは違う？女性の心疾患 女性ホルモンの変化やストレスが大きく影響

これまで心筋梗塞や不整脈など心臓の病気では一般的には性差が考慮されてきませんでしたが、ここ数年ジェンダーが注目され、男性の心臓病と女性の心臓病を同じと考えて良いのかが世界で話題になっています。国内でもガイドラインが見直されつつあり、女性に多い心疾患についての解明も進んでいます。

■女性に多い心疾患って？

胸が苦しいといって運ばれて来る女性は動脈硬化以外の狭心症であることが多く、その奥に目には見えない心臓の病気が隠れていることもあります。例えば、更年期の女性に多い微小血管症候群は、目では見えないごく細い血管で動脈硬化やけいれんなど狭心症のような病態が起こっています。CTや心電図ではわからないため、胸が痛いといって受診しても、更年期やストレスで片づけられ治療につながらないこともあります。また、年齢を問わず女性に多いのがたこつぼ型心筋症です。これは体の中でストレスが高まり交感神経が興奮することで一時的に心臓の動きが悪くなる病気で、心臓がたこつぼのような形になることからそう呼ばれています。この病気を発症する人は、家族や友だちと大げんかをした、身内やペットに不幸があった、交通事故を目撃したなど強いストレスを受けていることが特徴です。

■考えられる理由を教えて！

一般的に、心臓病は男性よりも女性のほうが発症する確率が低いとされていますが、発症した場合に予後が良くないのは女性のほうだといわれています。その理由の一つとして、女性は家庭に入り定期的に健診を受ける機会が減ってしまったり我慢強くストレスをためてしまったりすることで、受診

が遅れて病気が見逃されてしまうことが挙げられます。

また、女性ホルモンが活発に分泌されている間はコレステロールの数値が低く抑えられているなど、動脈硬化が起きにくい環境になっていますが、女性ホルモンが減少して閉経すると、男性と同じようにコレステロール値や血圧が上がり、動脈硬化によって血管が詰まる狭心症や心筋梗塞の発症率が高まります。特に更年期以降は動脈硬化が強まる要因が増えますので、より注意が必要です。

■患者さんへのメッセージ

ある程度更年期が近くなったら、一般的な健康診断や婦人科検診以外に、症状がなくても定期的に生活習慣病の検診を受けることをお勧めします。若い人も、月経周期によるホルモンの状態や出産前後の体のバランスの変化で起こる心臓病の可能性があるため、いつもと違う息切れや胸の痛み、動悸などがあれば、我慢せず早めに循環器内科を受診しきちんと調べましょう。30代男性の心筋梗塞や大動脈解離に比べて、女性がその年代で発症するのは特殊な状況を除いて少ないですが、何か気になることがあれば「私は大丈夫」と思わず、気軽に循環器内科にご相談ください。突然的な痛みの場合は迅速な処置が必要な場合もあるため、迷わず救急車を呼んでください。



特定行為看護師の紹介

◇特定行為看護師とは？

厚労省が2015年に施行した「特定行為に関わる看護師の研修制度」に基づいた研修を修了した看護師を「特定行為看護師」と呼んでいます。この、特定行為看護師になった後は、あらかじめ医師が作成した手順書に基づきこれまで医師が判断し実施してきた医行為の一部を、特定行為看護師が担って実施することができます。緊急度が高い状況で、医師が不在といった場合、専門的な研修を受けた特定行為看護師であれば、医師に代わりその判断・処置をスピーディーに行うことができます。

特定行為看護師の活動は、医師ではないのであくまで医師の指示に基づく「診療の補助活動」ではありますが、患者さんへの医療の質向上につながる取り組みです。

◇当院での活躍

現在、特定行為研修を修了した看護師は8名在籍し、それぞれの部署で活躍しています。研修を修了した看護師は、左袖に「LiNP」のワッペンがついています。

※当院では、特定行為看護師のことをLiNP（リミテッド・ナース・プラクティショナー）と呼んでいます。

◇救急外来の盛さんの場合

救急外来では特定行為を活用することで検査を迅速に進めることに貢献しています。医師の医行為の一部を代行できるようになったことで、患者さんの救急外来での滞在時間を短縮することができています。

今後は、特定行為をもっと活用し、医療の質が上げられるよう貢献していきたいと考えています。



特定行為看護師 盛 貴幸

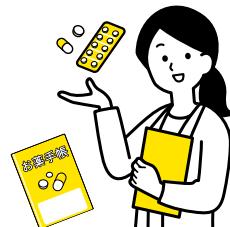
健康づくりの豆知識

入院、外来におかかりの患者さんから、「処方箋には書いてあるけど、正しい内服時間っていったいいつなの？」と質問を受けることがあります。今回、お薬の処方箋に記載されている内服時間について改めて確認しましょう。

内服時間		どんなお薬？
食前	食事の20～30分前	食事や胃酸の影響を受けやすい薬、食事による血糖上昇を抑えるための薬、食欲を増進させる薬、食後の吐き気を抑える薬 など
食後	食事の20～30分後	食べ物と一緒にの方が吸収が良くなる薬、胃を荒らしやすい薬 など ※特に指示が無ければ、飲み忘れの少ない食後で処方されます
食間	食事が終わって2時間後くらい	空腹時に吸収が良い薬、胃の粘膜に接して効果を表す薬 など
就寝前	寝る30分くらい前	寝ている間に効果が出る薬、睡眠を改善する薬 など

監修：薬剤師 青柳 桃子

お薬を正しく
飲めていますか？



ご寄付のお知らせ

「なでしこ基金」へのご寄付ありがとうございました。

2023年4月～5月

600万円… 小倉 律子 様

100万円… 匿名 様