

その息切れ、心不全かも

新緑の季節を迎えて心浮き立つ今日この頃、皆さまいかがお過ごしでしょうか？

最近、暖かくなり、出掛けた際に以前は感じなかった息切れや動悸（どろき）などを覚えたことはいませんか？

「年のせい」と思うような場合もあり、もちろん年齢とともに少しずつ

心肺機能は低下します。

でも、もしかすると、

「心不全」かも知れません。心不全は心臓のさまざまな病気（心筋梗塞や

心筋症など）や高血圧などにより、心臓がバテて、全身の臓器が必要とする血液を十分に送り出せなくなる状態をいいます。

その症状は疲労感や息切れ、呼吸困難、むくみなどがあり、進行すると少し歩いたり、身体を動かしたりするだけでも息苦しくなります。

さらに悪化すると、安静にしているも症状が続き、寝ていてもせきが出たり息苦しくなったりします。その他、心臓の機

能が低下すると、血液の流れが悪くなり身体に水がたまりやすくなり、足のむくみが現れ体重も増加します。

これら症状の治療には、第一選択薬として利



利尿剤が用いられます。体の水分の調整をしたり血圧のコントロールをしたりして症状を改善します。

少し尿量が増えることがあります。調節したりせず、しっかりと飲むこ

とが大切です。また食塩制限が非常に重要です。塩分の中のナトリウムは水を体のために込むので、取り過ぎると血液量が増加して心臓に負担がかかります。食事には十分気を付けましょう。

「急に体重が増えた」「動悸や息切れが増えた」「少し前はできたのに急にできなくなったことが増えた」などと感じたら、早めにかかりつけ医に相談してくださいね。

若草もゆる季節を楽しくみながら皆さまが楽しくお散歩できますように。

（薬剤師 西 美香）

薬師

[101]

松阪地区薬剤師会