

旭ろうさい病院ニュース

病院情報誌 第191号

令和7年4月1日発刊

発行所:旭ろうさい病院

〒488-8585

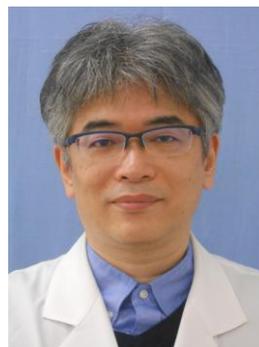
尾張旭市平子町北61番地

TEL 0561-54-3131

FAX 0561-52-2426

春と心臓

循環器内科部長 玉井 希



春の風がそっと吹いていた。青い空には白い雲が流れ、庭の木々は淡い緑に包まれている。桜の花びらが静かに舞い、陽射しはどこまでも柔らかい。

診察室に短い呼び出し音が鳴る。静かにドアが開き、予約の患者が入ってくる。

「こんにちは、先生」

入ってきたのは、高血圧でかかりつけの女性だった。小柄な体をゆっくりと動かしながら、そっと椅子に腰を下ろす。杖を脇に置き、膝の上で手を組むと、少し不安げな表情を浮かべた。

「あの、先生…、最近ね、少し歩いただけで息切れがしてしまって。気のせいかな」

と思ったんですけど、なんだか怖くなってきちゃって…。」

僕は電子カルテを開きながら頷いた。春になると、こういう相談が増える。

「まずは、診察しますね。」

婦人の血圧を測り、脈拍を確認する。聴診器を当てながら、心音と呼吸音に異常がないかを確認めた。

「大きな異常はなさそうですね。ただ、念のため詳しく調べましょう。」

しばらくして検査結果が出た。

「心電図、レントゲン、採血など、検査結果を見る限り、重大な異常はありません。」

婦人はほっと息をついたようだったが、それでもまだ表情には不安が残っていた。

「では、これは何が原因なのでしょう？」

「春の季節が影響している可能性があります。朝晩は冷え、昼には暖かくなる。そのたびに血管が縮んだり広がったりして、血圧が変動するんです(1)。」

「このあいだニュースで見ました。女優の某さんが亡くなったのは、ヒートショックだったそうですね。私もそうならないか、心配で…。」

「そう、その温度差が、心臓にはこたえるんです。」

動脈硬化が進むと血管抵抗が上がり、血流の調整が難しくなる。また、加齢に伴い心筋の拡張能は低下する。古びたゴムまりのように。これらの状態が重なることで、いわゆる HFpEF（収縮の保たれた心不全）に繋がる可能性もある。

「室内の寒暖差をなくしましょう。特に浴室の温度差。夜はまだまだ冷えますからね。」

婦人はしばらく考え込んでから、僕を見た。

「ほかには、できることはないんですか？」

「適度な運動が効果的です。血圧の安定や心肺機能の維持に役立ちます。」

婦人は少し眉をひそめた。

「でも先生、運動すると余計に息が上がったり、心臓に負担がかかるんじゃないですか？」

僕は微笑みながら続ける。

「もちろん。無理はいけませんよ。軽い運動でいいんです。そして大事ななのは、必ずウォームアップから始めることです(2)」

冬の間、縮こまっていた筋肉や血管を急に動かせば、心臓だけでなく、全身に負担がかかる。ゆっくりと身体を温め、血管を広げ、血圧の急変を防ぐことが重要なのだ。

「運動の後には、クールダウンが大事です。急に動きを止めると血圧が変動し、めまいやふらつきを引き起こすことがあります。また、汗をかいた身体をそのままにしておくと、血管が収縮し、血圧が上昇するリスクもあるため、運動後は、汗を拭いて適切な服装を心がけましょう(3)。」

「でも先生、それって大変そうね。運動って、どうしても長続きしないんです。」

「そうですね。まずは、楽しみながらできることを探してみるのが大事です。駅までの道を少し遠回りしてみるとか、テレビを見ながら軽くストレッチをするとか、普段の生活の中に自然に組み込める運動を見つけると続きやすいですよ(4)。

また、無理に長時間やる必要はありません。理想は週に 3 回以上、15 分以上運動することが効果的と言われていますが、ほんの数分でも、やらないよりはいいのです。」

婦人は何度か口を開きかけたが、言葉にならず、落ち着かない様子で手を組み直した。

その時だった。隣の診察室がにわかに騒がしくなった。足音が急ぎ足で響き、バックヤードで誰かが電話している。

「ER に搬送です！」 「70 代男性、胸痛、ST 上昇、房室ブロック……！」

若手医師 S が沈んだ声で、熟練医師 A に電話をかけている。診察室にも緊迫した空気が伝わる。

「ペーシング準備！」

女性医師 T の声が響く。ためらいのない指示だった。

「じゃあ…、いつも通りのお薬を出しておきますね。お大事に。」

婦人は一瞬驚いた顔をしたが、すぐにニコリと笑った。

「先生もお忙しいのねえ」

「ええ。でも、それが僕たちの仕事です」

春の空は高く、どこまでも青かった。僕はそっと電子カルテの画面を閉じ、隣の診察室の方へと歩き出した。

※この物語はフィクションです。登場する人物・団体は実在のものとは関係ありません。

参考文献

- (1) Narita K, et al. "Seasonal variation in blood pressure: current evidence and recommendations for hypertension management." *Hypertens Res.* 2021.
- (2) Resnick B. "Encouraging exercise in older adults with congestive heart failure." *Geriatr Nurs.* 2004.
- (3) Van Hooren B et al "Do We Need a Cool-Down After Exercise? A Narrative Review of the Psychophysiological Effects and the Effects on Performance, Injuries, and the Long-Term Adaptive Response." *Sports Medicine.* 2018.
- (4) 消費者庁 (2020). "冬季に多発する高齢者の入浴中の事故にご注意ください！" *News Release.*

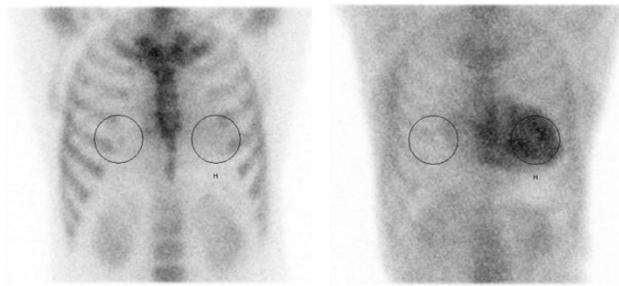


次の世代につなぐもの

前中央放射線部 福田 智哉

放射線検査の中で、核医学検査は古くからある検査方法で、現在では SPECT として確立されていますが、CT、MRI に比べ必要とされるケースが少なくなってきました。そんななか、最近のトピックスとしては、放射性同位元素を用いて行う癌治療であるラジオセラノスティクス (Radio-Theranostics) があります。セラノスティクスは、治療を意味する Therapeutics と、診断を意味する Diagnostics を一体化した造語であり、診断が治療に直結するような考え方やその手法として近年注目されている医療技術でもあります。以前からある甲状腺癌や甲状腺機能亢進症に対するヨウ化ナトリウム (^{131}I) の β 線放出核種を用いたラジオセラノスティクスは当院でも行っていますが、最近では α 線放出核種を用いたラジオセラノスティクスの開発も盛んです。 α 線は、わずか数 μm ~ 数 mm で止まってしまう性質があるので、腫瘍細胞にだけ強い放射線を当てる仕組みです。癌にはいろいろな治療方法がありますが、その中でも非侵襲的に治療できるラジオセラノスティクスについては、当院でも今後に向けて動向を注視していく所存です。

核医学検査の $^{99\text{mTc}}$ -ピロリン酸シンチグラフィも、以前 (80 年代) では虚血性心疾患でよく用いられた検査でしたが、最近ではトランスサイレチン型心アミロイドーシス (ATTR-CM) の検査に用いられるようになりました。この検査は当院でも受けていただくことが可能です。 $^{99\text{mTc}}$ -ピロリン酸シンチグラフィ検査は、ATTR-CM において高い診断能を有する非侵襲的検査です。放射性物質であるテクネチウムを、放射性医薬品として調合し静脈注射して、3 時間ほど



H/CL =1.10

H/CL=2.11

定量評価法では心臓への集積を心/対側肺野比 (H/CL比) を用いて
定量化し、3時間後でH/CL比>1.3である場合に、ATTR陽性と判定

時間をおいて検査を開始
しますが、検査中は約 30
分静かに寝て頂くだけで、
検査前の食事制限なども
ありません。なお、時間
をおいて検査を行うため、
拘束時間は長くなります
が、注射後に院外に出て

頂くことも可能です。循環器科を標榜されているクリニックの先生方にも
ATTR-CM の検査案内はさせて頂いておりますが、クリニックでも「ATTR-CM
の疑いがある方がいるよ」とおっしゃる先生もいらっしゃいました。そのときは
当院の循環器内科に紹介いただいても良いですし、中央放射線部で検査のみを
することも可能ですので、ご連絡頂ければ幸いです。

次の世代に伝えていくものは、技術はもちろんですが、志が一番大事ではない
かと思っています。地域に根付いた医療チームの育成などは、今年の 3 月末で
退任される宇佐美院長先生にご指導頂いた事でもありますが、それを大切につ
ないでいきたいと思っています。

私はこちらに赴任して 4 年間、地域医療連携室の医師、看護師とクリニック
へご挨拶をさせて頂きましたが、3 月をもちまして定年退職いたします。クリニ
ックの先生方には大変お世話になりました。今後は地元に戻り、もうしばらく放
射線業務に従事しようと思います。また後任の中央放射線部長が赴任し、同じよ
うにクリニックの先生方に PR 等させて頂く事になりますので、今後とも旭ろう
さい病院 中央放射線部をよろしくお願い致します。

●地域医療連携室 連絡先●

フリーダイヤル 直通電話 0120-53-6196 (平日 8:15~19:00、土曜日 9:00~12:00)
F A X 0120-53-8459