

脳卒中プロジェクト4コマ劇場の②

# はつと気づけば脳卒中!

誰にでも起こる怖い話

私はまだまた現役の75歳!!

健康には自信あるし、健康診断は毎年受けてる!!

しかしある日...

急に意識がなくなり、手足が動かない!!

救急車を呼ばれた私に下った診断は...

心臓細動による脳卒中です

この先介護を要するかもしれない、受け取りたくない、のたまりかたまり

早く健康診断を受けたい、早く健康診断を受けたい、早く健康診断を受けたい

心臓細動が原因の脳卒中は予防することが出来ます

©みやざき健康街づくり構想

## 宮崎の「かくれ心房細動」ゼロ!!

ポイント重要!!

無症状なうちに、早く見つける!

健診 ↓ 自己検脈

治療ができる

脳卒中(脳梗塞)の予防ができる!

脳卒中(脳梗塞)に!

血栓(血のかたまり)が脳に飛び

心房細動

大動脈 左心房 右心房 左心室 右心室 左心耳

正常な脈(一定のリズム)

心房細動(脈がバラバラ)

脳卒中になりたくない人、必見!!

脳卒中になりたくない人、必見!!

元気な未来が...

マヒ → 介護

寝たきり原因No.1 = 脳卒中

宮崎大学医学部 教授

写真右 海北 幸一さん  
宮崎大学医学部 教授(内科学臨床 循環器・腎臓内科学分野)、今回のプロジェクトの中心メンバーのひとり。

写真左 渡邊 望さん  
宮崎大学医学部 教授(橋本製薬学 産 循環器生理学分野)、プロジェクトのリーダー兼みやざき健康キャラバン隊の隊長を務める。

寝たきりの原因 第1位は「脳卒中」

無症状のまま発症するなんて、こわい病気なんだね

# 脳卒中になりたくない人必見!!

## 宮崎の「かくれ心房細動」ゼロ!! 作戦

### かくれ心房細動を減らす 画期的な取り組み

海北 今回のプロジェクトでは、自治体や健診医の先生方のご協力もいただきながら、宮崎市の集団健診の場に比較的簡単に心電図をとることが出来る「モニター心電図」の導入を提案しています。このモニター心電図は医療機器で、血圧を測りながら、心電図を確認することが出来ます。

もし、モニター心電図で心房細動の疑いがあれば、病院に2次検診に行き、「本来の12誘導心電図」でさらに詳しく調べる。つまり、これまではある一定の要件を満たさなければ、心電図はとれなかったものを、今後はもれなくモニター心電図で心房細動のチェックができるようになるわけです。

健診の中に、そういった新たなシステムを構築することができれば、かくれ心房細動を見つけるのになんか有効

動は加齢に伴い増加する病気で、歳を取った、誰にも起こり得ます。しかも、やっかいなことに心房細動の患者さんの約4割は、無症状のまま発症します。いわゆる、「かくれ心房細動」です。ですから、左の4コマ漫画のように、ある日突然、脳卒中になってしまふ、あとで心電図をとってみると、実は心房細動が原因だった...ということがあります。でも、心房細動が原因の脳卒中は防ぐことができます! ここは声を大にして、言っておきたいと思えます。実際に心房細動とわかったら、血をかたまりにくくする「抗凝固薬」や元の正常な脈に戻す「カテーテルアブレーション」という根治治療もあります。もちろん、早期の治療が大前提で、だからこそ、早期の診断がさらに重要になってくるのですが、みなさんご存知ですか? 宮崎県の特設健診受診率は全国平均(50.1パーセント)以下です。宮崎の中核都市である宮崎市にいたっては28.1パーセント(令和3年度)というのが現状です...

「脈は心臓からのモールス信号」。異変を感じたら、早めの受診を!

心房細動は早期にわかれば、治療もできますし、根治も可能な病気です。ただ、問題なのは、やはり「かくれ心房細動」です。かくれ心房細動が減らない原因として挙げられるのは、ひとつは特定健診の受診率が低いこと。もうひとつは、高齢の方は通院されている方も多いため、医療機関でわかるというケースもあるのですが、40歳から64歳の方々は約4割が特定健診も受けていないし、かつ病院にもかかっていないので、見つけようがない、という現状があります。

早くわかっていけば、治療も根治も可能であったのに、脳梗塞で寝たきりになって、初めて心房細動だったことが判明する。医療従事者としては忸怩たる思いです。これをどうにかして減らしたい。

「脈は心臓からのモールス信号」です。いまはアップルウォッチを含め、さまざまな自己検脈ができる機器もあります。健診を受けていただくとともに、日ごろから心臓のモールス信号に耳を傾けてもらえると幸いです。

プロジェクトの一環として、「みやざき健康キャラバン隊」が自治会やイベント会場、小中学校に!

心房細動や心臓に関する講義のほか、脈のチェックやロケットで楽しくエクササイズ、救命救急体験など内容は盛りだくさん。詳細は「みやざき健康街づくり構想」のホームページをチェック!

↑公式ホームページはこちらから!

宮崎大学医学部が中心となり、大学の全学部が連携して取り組むプロジェクト「みやざき健康街づくり構想」目指せ! 健康寿命日本一! その中核となる宮崎の「かくれ心房細動」ゼロ!! 作戦とは?

名越 敏郎さん  
名越内科 院長、宮崎県国民健康保険協会連合会 健診事業評価委員、今回のプロジェクトにも尽力。

※上記4コマ漫画の続編は、「みやざき健康街づくり構想」のホームページに掲載予定です。ぜひ、ご覧ください!