



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



宮崎大学医学部 教授
海北 幸一さん
宮崎大学医学部 教授(内科学講座 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。
渡邊 望さん
宮崎大学医学部 教授(機能別医学講座 循環器内科学分野) 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。

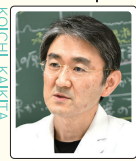
寝たきりの原因 第1位は「脳卒中」



無症状のまま発症するなんて、こわい病気なんだね



健診会場にモニター心電図を設置することで、他県にない宮崎モデルの構築をめざします



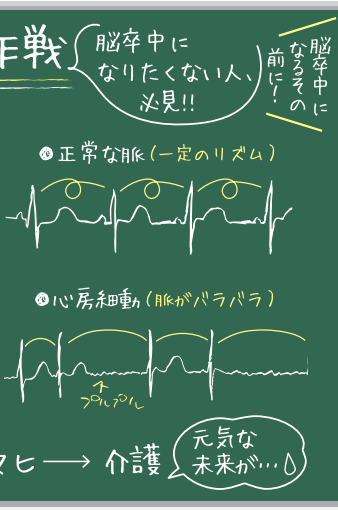
NAOHIKO UEHARA

「今回、宮崎大学の全学部が連携するプロジェクト『みやざき健康街づくり構想 目指せ! 健康寿命日本』で、宮崎の「かくれ心房細動」ゼロ!! 作戦に取り組まれています。が、そもそも心房細動とはどういった病気なのでしょう?」

渡邊望さん(以下、敬称略) 心房細動とは不整脈の一種で、心臓の一部(心房)がけいれんしてしまふ疾病です。心房細動になると、心臓が血液をうまく送り出せなくなり、心臓の左心房の中にある、左心耳に血のかたまりである血栓ができやすくなります。

この血栓が血流に乗って脳の血管を詰まらせると、脳卒中(脳梗塞)を引き起こします。脳卒中は寝たきりになってしまふ原因の第1位で、心房細動になった人の約3分の1が脳卒中を発症します。

動は加齢に伴い増加する病気で、歳を取ったら、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と、心電図をとってみると、実は心房細動の原因だった……ということが起こりかねないのです。



元氣な未来が……
マヒ → 介護

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会場に比較簡単な心電図をとることができ、「モニター心電図」を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でき、

かくれ心房細動を減らす 画期的な取り組み



RIITSUKO WATANABE

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するわけです。

ではないかと思えますし、これは他のどの都道府県もやっていない、新たな宮崎モデルの構築にもなります。渡邊 ですから、ぜひ宮崎市にお住まいの方は、集団健診会場に足を運んでいただければと思います。かくれ心房細動による脳卒中の発症を少なくすることができれば、健康寿命の延伸はもちろん、医療費・介護費の削減にもつながります。

宮崎の「かくれ心房細動」ゼロ!!

脳卒中になりたくない人必見!!

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!

寝たきり原因No.1 = 脳卒中

脳卒中!

誰にでも起こる

小柳いさむ

私はまだまだ現役の75歳!!

健康には自信あるし、健康診断なんかいらぬもんぢや!!

しかしあま日一

急になんか手が出ない!!

救急車も呼ばれた私に下った診断は

心房細動って、不整脈の仲間、脳卒中!

さちんと健診を受けていけばなあ

心筋系疾患が原因の脳卒中は予防できることを学びます

©みやざき健康街づくり構想

宮崎大学医学部が中心となり、同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』の中核となる、宮崎の「かくれ心房細動ゼロ!! 作戦」とは?



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

「脈は心臓からのモルルス信号」。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、心電図として挙げられるのは、心電図として特定健診の受診率が低いこと。もうひとつは、高齢の方では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惜しいと思うので、これをどうにかして減らしたい。

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、脈のチェックやロコボ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!

※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!

『月刊パームス』は、宮崎南印刷グループの一員です！

2023 / SINCE 1991
SPECIAL ISSUE

NO.380

発行部数83,100部
無料各戸配布72,300部
無料設置10,800部

07

31st Anniversary
MAGAZINE + DIGITAL

Palm's®

月刊パームス

2023年!!
OPEN CAMPUS NAVI

暑さを吹っ飛ばせ♪
パームス厳選グルメ特集!!

夏のトータルビューティ♡



特別企画 独自企画も充実！新規開催も！

まちのにぎわい交差点

朝市・夜市

Morning & Night market navigation



公式 web、
プレゼントの応募
はこちらから！



公式
Instagram
はこちらから！

人生
100年時代

中とじ別冊「終活」をHappyな気持ちで
取り組んでいただくための お役立ちマガジン

『ハピ活BOOK』

もチェック！