

## 健康コラム

# 心房細動

心房細動という病気を「存じず」でしょうか。これは、不整脈の一つで、年齢が高くなるにつれて増えていきます。この病気になると心臓の心房と呼ばれる部分が、細かくけいれんを起したように収縮します。この結果、心臓の拍動は全く規則性のないばらばらなものとなり、心拍数がとても多くなり、心不全を起すこともあります。しかしながら、「この病気は心不全になる」とは別々、もっと怖い面があります。心房細動で心房の収縮が正常に行われなくなった結果、血栓と呼ばれる血の塊が心房内にできます。これが脳に飛んでいって、脳の血管に詰まると、脳原性脳梗塞（脳卒中）と呼ばれる脳梗塞になります。脳梗塞の実に3分の1がこの心房性脳梗塞です。国民に愛されているプロ野球の監督が、この病気で倒れたこと、現役の総理大臣がこの病気で命を落としたことは記憶に新しいことです。

では、心房細動になるとどのような症状が出るかといいますと、残念ながら、決まった症状はありません。強い動悸を感じる人から無症状な人までさまざまです。症状のある人は、すぐに医療機関を受診するでしょうが、無症状の人が問題です。症状のない心房細動は、40%前後あるといわれており、心房細動を放置した場合、年間そのうちの5〜8%の人が、脳原性脳梗塞になるといわれています。心房細動が認められた場合、私たちがまず、心房性脳梗塞の発病を防ぐため、心房内にできた血栓を溶かす目的で、抗血小板薬である少量のアスピリン、あるいは抗凝固薬としてフルマリンを用います。心房性脳梗塞の予防のための抗凝固薬は、広く認められた極めて有効な治療法です。次に、心房細動そのものを無くして、正常な心臓の状態に戻す方法として、薬物療法があります。これは広く用いられている方法ではあり

ますが、継続して薬を飲まなければならぬ、薬が効かなくなる、といった欠点があります。そこで今、新しい方法が行われるようになりまし。肺静脈隔離術です。以前は、外科的な方法でなされていましたが、現在では、カテーテルアブレーションといって、カテーテルを肺静脈近くに入れ、電氣的に焼灼（しょうしゃく）することによってなされます。この方法が成功すれば薬の服用は一切不要となります。三鷹武蔵野地区の大病院で最近盛んに行われており、成功率もきわめて良好です。症状のない心房細動を放置することは脳梗塞につながり危険ですが、心房細動は、医師が聴診すれば、発見できます。医療機関を受診したら聴診してもらう。これはとても重要なことであると考えます。

↓三鷹市医師会 ☎47 2155

## 年に一度の健康チェック ご利用ください 健康診断

↓総合保健センター ☎46 3254

市では1年に1回、誕生日に無料の健康診断を実施しています。生活習慣病の予防、早期発見に、ぜひご利用ください。

【基本健康診断】  
一般健康診断  
対象 41歳以上の方(40・50・60歳は除く)  
検査項目 問診・視診・聴診・身体計測(肥満度)、血圧測定、血液検査(貧血検査、GOT、GPT、総コレステロールなど)、尿検査、便検査、心電図、眼底検査、胸部レントゲン、総合判定および指導。  
特別精密健康診断  
対象 40・50・60歳の方  
検査項目 一般健康診断項目  
目、胃検診(問診、レントゲン検査)、歯周疾患検診(口腔粘膜、舌、歯肉、あご関節、歯列不正など)。  
若年健康診断  
対象 16〜39歳の方  
検査項目 一般健康診断項目から胸部レントゲン検査を除く。  
成人歯科健康診断  
対象 41歳以上の方(50・60・70歳を除く)  
検査項目 歯科検診(口腔粘膜、舌、歯肉、あご関節、歯列不正など)。  
【受診方法】  
電話で同センターに申し込む。受診票が送られてきたら、お近くの市内協力医療機関で受診してください。申

生れ月	申込期間	受診期間
4~6月生まれ	4月2日(月)~6月15日(金)	4月10日(火)~6月30日(土)
7~9月生まれ	6月18日(月)~9月14日(金)	7月2日(月)~9月29日(土)
10~12月生まれ	9月18日(火)~12月14日(金)	10月1日(月)~12月28日(金)
1~3月生まれ	12月17日(月)~平成20年3月3日(月)	平成20年1月4日(金)~3月15日(土)

精神保健福祉講座「ストレス社会と心の病気」  
ストレス社会といわれる現代社会で急増している「心の病気」について理解を深め、家族や地域のかかわり方を考えます。  
3月7日(水)午後2時~4時、総合保健センターで講師は小川クリニクス院長で精神科医の小川雅美さん。  
事前に直接または電話で同センター ☎46 3254へ申し込み。  
多摩府中保健所  
3月の食品衛生出張窓口  
3月22日(木)午後1時30分~4時、総合保健センターで食品関係営業許可の更新申請受付と食品衛生の相談受付。  
↓多摩府中保健所武蔵野三鷹

地域センター ☎54 2209  
次回は4月26日(木)です。  
思春期講演会  
「ひきこもり」家族の対応について  
対象は思春期・青年期のお子さんを持つ家族の方や関係者の方。  
3月23日(金)午後2時~4時、多摩府中保健所で講師は愛知県立大学助教授の長谷川俊雄さん。  
3月20日(火)までに同保健所地域保健係 ☎042 362 2333 4へ申し込み。定員50人。

募集  
市内保育園で臨時職員を募集内容 別表のとおり  
勤務開始日 4月2日(月) 希望する園へ電話でお問い合わせください。  
http://sudaichikai.co.jp/

あなたがい善意  
三鷹市社会福祉協議会への寄付  
一般寄付 5万5千円 ICU Wind-Bias Ensemble 1回 3万8千円  
三鷹市リサイクル市民工房 1万円 丹生末雄 1万円

中山俊夫 5千250円 吉野壽夫 5千円 不和達也 2千620円 三鷹市職員労働組合 2千円 永山敬子 1千959円 根道一男 1千230円 三鷹市シルバー人材センター理事長 地域班長一同 582円 山中百生会 1万円 吉野壽子(11月)寄付分 6千円 匿名 1円 徳富愛子 8千31円 北野東晴クラブ 6千150円 斉藤清 4千531円 四ツ葉ときわクラブ 千46円 くぬぎ会 2千48円 坂尻彰一 1千256円 松浦八千代 1千122円 朋友会 1千88円 菊地たけ子 1千47円 深明会 878円 中原三葉会 515円 いきいきコーラス 193円 匿名 ボランティア基金 3千円 服部清子 1千209円 河原悦子 1千円 荒瀬礼子 2千円 匿名 953円 三鷹台市政窓口

保育園	勤務日・時間	職種	時給	所在地・連絡先
南浦西	土曜日 13:30~16:30	用務	940円	下連雀7-2-8-101 ☎40-7551
	月~金曜日 7:30ごろ~9:00 17:00~19:00	保育助手 (障がい児パート)	940円 ~1,275円	
中央	土曜日 9:00~12:00	保育助手	940円 ~1,020円	上連雀6-11-16 ☎40-7540
	月~金曜日 9:00~13:00 (ただし時間については離乳食の状況により少なくなります)	給食調理 (離乳食およびアレルギー)	990円	
あけぼの	月~金曜日 8:30~17:00	保育助手	940円 ~1,020円	上連雀4-11-21 ☎40-7555
中原	月~金曜日 8:30~9:30	保育助手	940円 ~1,275円	中原4-35-4-101 ☎40-7170
	15:30~17:00 16:00~17:00			
	17:00~18:30 17:00~18:00			
	土曜日 8:30~12:30			
下連雀	土曜日 8:30~17:00	保育助手 (障がい児パート)	940円 ~1,020円	下連雀4-19-4 ☎40-7160
南浦東	月~土曜日 8:00~9:30	保育助手 (障がい児パート)	940円 ~1,275円	下連雀6-12-1 ☎40-7166
	月~金曜日 9:30~18:15			
	土曜日 9:30~17:00			

休日・夜間診療  
日曜日、祝日や夜間など医療機関が休みのときの急病に備え、急病患者の初期治療と応急処置を行っています。  
健康保険被保険者証を必ずお持ちください。  
小児初期救急平日準夜間診療  
三鷹市医師会館(野崎1-7-23) ☎47-2155  
午後7時30分~10時30分(受付は10時まで)  
休日診療所(内科・小児科)  
三鷹市医師会館(野崎1-7-23) ☎47-2155  
午前10時~11時45分、午後1時~4時30分  
休日準夜診療所(内科・小児科)  
三鷹市医師会館(野崎1-7-23) ☎47-2155  
午後6時~9時30分  
休日歯科応急診療所  
三鷹市総合保健センター(新川6-35-28) ☎46-3254  
午前10時~11時45分、午後1時~4時  
救命救急センター  
杏林大学医学部付属病院(新川6-20-2) ☎47-5511  
市内救急指定病院  
野村病院(下連雀8-3-6) ☎47-4848  
三鷹中央病院(上連雀5-23-10) ☎44-6161  
武蔵野病院(下連雀4-8-40) ☎47-1000  
電話での問い合わせ  
東京消防庁救急テレフォンサービス(24時間) ☎03-3212-2323  
☎042-521-2323  
東京都保健医療情報センターひまわり(24時間・医療機関案内) ☎03-5272-0303