

不整脈をわかりやすく解説

# ドキドキ、胸の痛み、息切れはありますか？

皆さんは不整脈をご存知でしょうか。辞書には「脈拍が乱れて不規則になること」などの記述がありますが、医学的には「正常ではない全ての心拍の異常」を不整脈といいます。

まず、異常な不整脈を知る前に、正常な脈拍について確認していきましょう。一般的に正常な脈拍とは、1分間に60回～100回で、脈のリズムが乱れておらず規則的です。40回、50回で問題ない人もいます。手首のつけ根(親指側)を、人差し指、中指、薬指の3本の指で優しく抑えると測れることが多いです。



脈拍を自分で測れるようになります



© Johnson & Johnson K.K. 2017  
心臓補助ケアガイド

私がナビゲーターを務めます

はしぐち なおたか  
橋口 直貴 先生

船橋市出身 県立船橋高校卒業

不整脈を治すには専門医による診断・治療が不可欠です。個々の患者さんに応じた最適な治療を提供します。

担当科  
循環器内科



## 不整脈の症状と診断

次に不整脈について見ていきましょう。

不整脈には多くの種類があり、脈が速くなるもの、遅くなるもの、脈が飛んだりタイミングが普段と違うように感じるもの、気を失ったりするものなどさまざまです。

自覚症状は、ドキドキする、胸の痛み・圧迫感、息切れ、ふらつき、気が遠くなるような感じ(気を失う)、などが挙げられます。しかしここで重要なことは、病院で心電図を取れば不整脈があるにも関わらず、全く自覚症状を感じない方がいるという点です。従って、健康診断を受けて心電図を確認すること、普段からご自身の正常な脈拍を理解しておくことが大切です。

また、不整脈が起きている最中の心電図を確認することも重要で、数ある不整脈の中からご自身がどの不整脈に該当するかを知ることが出来ます(診断結果が出ます)。病院では通常の心電図に加えて、24時間装着して心電図を記録するホルター心電図や、植込み型の心電計、ペースメーカー記録などを用いて不整脈の発見・診断をしています。

不整脈の種類が分かったら、不整脈以外の心臓の病気がないか、不整脈を生じやすくさせる心臓の病気がないか、不整脈を悪化させる薬を内服していないか、などのチェックを行ったうえで治療を行います。

### 不整脈で起こる症状

#### 脈が速くなるとき

ドキドキする  
胸の痛み・圧迫感  
息切れ  
ふらつき  
気を失う



#### 脈が遅くなるとき

ふらつき  
息切れ  
気が遠くなるような感じ  
気を失う



※不整脈があっても症状を感じない人がいます

### 不整脈の種類

#### 脈が遅くなるもの

- 洞不全症候群 ●房室ブロック

#### 脈が速くなるもの

- 発作性上室性頻拍 ●心房頻拍 ●心房粗動 ●心房細動 ●心室頻拍

#### 脈が飛んだりタイミングが違うように感じるもの

- 上室性期外収縮 ●心室性期外収縮 ●房室ブロック

#### 気を失ったりするもの

- 洞不全症候群 ●房室ブロック ●心室頻拍 ●心室細動

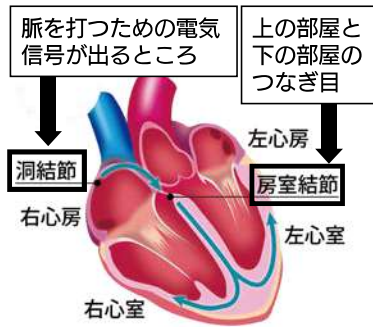
# 不整脈の治療

不整脈の治療は、①薬物治療、②カテーテルアブレーション、③ペースメーカー、この3つが不整脈治療の3本の柱です。不整脈の種類によって選択可能な治療は異なります。

## 脈が遅くなる不整脈

まず、脈が遅くなる不整脈の治療を見ていきましょう。

心臓が脈を打つ仕組みは、洞結節から出される電気信号に心臓の筋肉が反応し、脈を打ちます。脈が遅くなる不整脈は2種類あり、ひとつは洞結節の電気信号機能が低下する洞不全症候群、もうひとつは心房(上の部屋)と心室(下の部屋)のつなぎ目である房室結節の電気の伝わりが悪くなる房室ブロックです。



どちらも薬物治療による改善は難しく、ペースメーカーの植込みを必要とする場合が多いです。

ペースメーカー治療は大きく分けて2種類あります。一つは左肩近くに植込むペースメーカーで、一般的に広く知られている従来からあるタイプです。もう一つは、心臓の中にカプセル状の本体を留置し、脈拍を打たせるリードレスペースメーカーです。

## 脈が速くなる不整脈

続いて脈が速くなる不整脈の治療です。

心房(上の部屋)が関係して起こる不整脈は発作性上室性頻拍、心房粗動、心房細動の3種類です。このうち、心房粗動と心房細動は、抗凝固薬(血液を固めにくくする薬)を飲む必要があります。

一方、不整脈そのものを根本的に治すことについては、薬のみの治療では難しいことが知られています。多くの脈が速くなる不整脈においては、不整脈のもとを焼く治療カテーテルアブレーションが有効です。カテーテルアブレーションは薬物治療のみよりも効果が高く、出来るだけ早期の段階で行うことで、その後の心房細動の発症を防ぎ、慢性化を防ぐことが知られています。ただし、持続的、慢性的な場合はカテーテルアブレーションでも治せない場合があります。

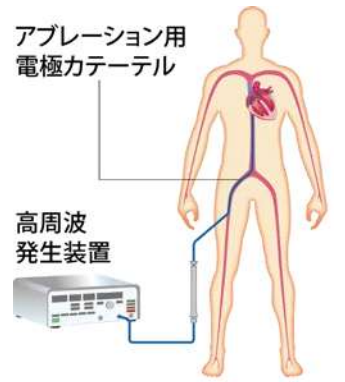
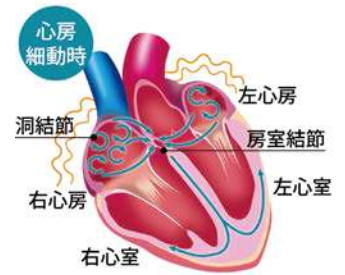
心室(下の部屋)で起こる不整脈については、薬物治療、カテーテルアブレーション、植込み型除細動器、あらゆる

治療法の中から最適なものを組み合わせて治療を行います。なお、植込み型除細動器とは、AED(体外式除細動器)のように電気ショックをかけて不整脈を止める機能を持った機械です。

## 心房細動

脈が速くなる不整脈の中で、最も多い不整脈は心房細動です。心房細動の原因は、加齢、高血圧、肥満、睡眠時無呼吸症候群、喫煙、アルコール多飲、他の心疾患などが挙げられます。心房細動は、①動悸が生じる、②心臓の中に血栓ができる(脳梗塞のリスクが高まる)、③脈が速くなることで心不全を生じる、などさまざまな弊害を引き起こす危険があります。

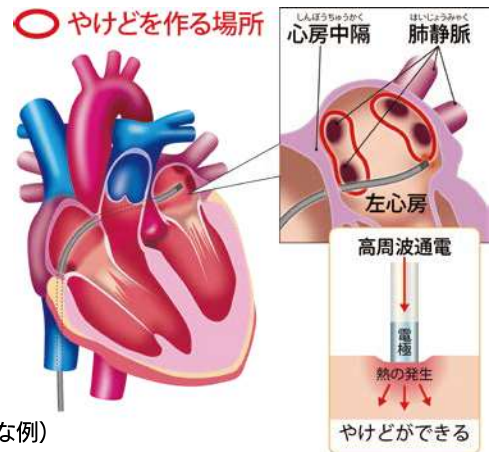
心房細動も他の不整脈と同様に薬物治療のみで根本的に改善することは難しいため、カテーテルアブレーションが有効となります。



© Johnson & Johnson K.K. 2017  
心房細動ケアガイド

カテーテルアブレーション

### 心房細動に対するカテーテルアブレーション



(一般的な例)

- 治療前日に入院
- 入院期間は3泊4日
- 足のつけ根から4本の管を入れる
- 治療時間は2~3時間
- 治療中は麻酔でウトウト眠る
- 20~30%の人が2回目の治療を要する
- 薬物治療のみよりも効果が高い

© Johnson & Johnson K.K. 2017  
心房細動ケアガイド

## まとめ

- 脈拍を自分でとれるようになりましょう。
- 不整脈には沢山の種類があり、不整脈の種類によって必要な治療が異なります。
- 病院や健康診断で不整脈を指摘されたらその名前を覚えましょう。
- 薬やカテーテルアブレーションなどによって不整脈を治療し、快適な生活を送りましょう。

