



日本赤十字社

舞鶴赤十字病院



健診センターニュース

第21号

最近、胸の痛みや胸焼け、歯の痛みを感じたことはありませんか？その痛みの原因は、もしかしたら「心臓」にあるかもしれません。

「歯の痛みの原因が心臓？」と思われる方もあると思いますが、心臓の病気では、心臓から離れた場所で症状が現れることが少なくありません。人によっては奥歯やのど、肩、腕、みぞおち、背中などが痛くなることもあり、虫歯や五十肩と思って我慢していたら、実は心臓の病気の前触れだった・・・という場合もあります。

心臓の病気の怖いところは、症状が急激に悪化することです。突然死の中で最も多いのが心筋梗塞や狭心症、心不全などの心臓疾患で、突然死の原因の6割以上ともいわれています。そんなことにならないために、定期的に検査を受け、日頃の状態を知っておくことが何よりも大切です。

心臓の動きを調べる検査のひとつに「心電図」検査があります。心臓からのサインを見逃さないためにも、一度「心電図」検査を受け「心臓の元気度」を調べておきましょう！



○「心電図」ってどのような検査ですか？

心臓の電気的な活動の様子を、グラフの形に記録する検査です。心臓に異常があったり、心拍が乱れたりすると、その変化がグラフに現れます。

○この検査は痛みがありますか？またどれくらいの時間がかかりますか？

ベッドに仰向けに寝て、左右の手足と胸に電極を付け心臓のリズムをみるだけです。痛みを感じることはありません。所要時間は、5分から10分程度です。



○どんな心臓の病気がわかりますか？

血管の内側に脂肪やコレステロールが固まり、通り道が狭くなることで血液が流れにくくなる狭心症や、血管が詰まり心臓の一部が動かなくなる心筋梗塞などを見つけることができます。

定期的に心電図検査を受けることで、心臓の病気を早期に発見することができます。

ただし、検査を受けていれば万全、ということではありません。心臓の病気の予防に必要なのは、「禁煙」「バランスのよい食事」「適度な運動」「ストレスのない生活」です。生活習慣を見直し、心疾患の原因となる動脈硬化を防ぎましょう。

すでに生活習慣病を指摘されている場合は、定期的に病院を受診し医師の指導を受けることが必要です。

Q:心臓の病気の症状が、なぜ心臓から離れた場所に現れることがあるのでしょうか？

A:通常は、心臓から脊髄、脳へと刺激が伝わり、「胸が痛い」と感じます。しかし、心臓からの刺激が脊髄に伝わる時に、奥歯や腕などにつながっている神経にも刺激が伝わり、「歯が痛い」「腕が痛い」などと感じてしまうといわれています。



はじめと蒸し暑いこの季節、もしかして水虫かも・・・という人はいませんか？

水虫は、人の皮膚を好むカビの一種である「白癬菌」が皮膚の角質層に寄生することによって起こる皮膚の病気です。カビは高温多湿の環境を好みますので、特に夏場7～8月に多くみられます。

主な症状は、指の間がジクジクする、足の裏の皮膚の角質がむけたりゴワゴワした感じになる、また小さな水ぶくれができることもあります。

予防は何よりも清潔を心がけること！毎日の入浴で足をこまめに洗いましょう。指の間も石鹸で優しく丁寧に。入浴後は指の間をしっかりと乾かしてください。また、なるべくバスマットやスリッパの共有はしない、サンダルなどで通気性を保つなどを心がけてください。5本指の靴下もオススメです。

水虫は、一度症状が治ったようにみえても角質の中で菌が生き残っていたり、市販薬を使っていたら実は違う皮膚病だったということもありますので、自己判断は危険です。特に、高齢者や免疫が落ちている人、糖尿病の人は感染しやすいといわれています。医療機関で正しく治療しましょう。

夏本番！毎日蒸し暑い日が続きます。激しい運動や屋外での長時間の作業などは特に熱中症への注意が必要ですが、室内や夜間も例外ではありません。エアコンを適切に使用し、のどが渇く前の水分補給を心がけ、熱中症を予防しましょう。



健診のご予約・お問い合わせは下記までお気軽にお電話ください。

〒624-0906
舞鶴市宇倉谷427 健診センター
TEL(0773)75-1920
FAX(0773)75-7380
月～金 8:30～17:00
(土・日・祝日・年末年始12/29～1/3・創立記念日6/1はお休み)