

なしまた不整脈ん話し、心房細動な?しちくじいのう!

不整脈

一定時間に心臓が打つ回数は普通は規則正しく1分間に大体50回から100回。
ところが脈打つリズムに異常があつてく飛んだ>とかくどどどつどとなる>とか中にはくざわざわする>が不整脈だったり。測脈(そくみやく) 検脈(けんみやく)といつて自分で親指の付け根あたりを軽く押さえると脈が打っているの**がわかる!**3本の指をそろえて押さえ探す方がわかりやすい!

規則的な脈

一般的に1分間に50回以下は徐脈、徐脈でも規則正しければ問題ないことが多い。1分間に100回以上は頻脈。安静にしているときに120回以上1分間に脈打つ時は**問題**となることが多い!

不整脈の種類と症状

大抵の不整脈は少々あつても普通に生活でき、問題にならず。中にはくなんかだるくてきつい、ふらつとする、ときどき始まるとずっと続く>などの症状を感じる事が。そのなかで**動悸、息切れ、めまい、ふらつき**>などは要注意。でも何も自覚症状ない人も多い!



心房細動とは!

心臓の4つの部屋の左側の(本来は)小さい部屋(左心房)が勝手に1分間に300回から500回も痙攣したようにふるふる震えて(寒いからではない!)左心房内に血栓(血のかたまり)ができ、**血流にのつて脳に飛ぶと時として頭半分を虚血(血が足りない)にするでつかい脳梗塞を起こす!**軽い麻痺とかで済まず、致命的になることがある!とても厄介な不整脈!心房細動は、健診でみつかつたり、たまたま聴診で発見!!**お酒やストレス、喫煙、過労、そして特に加齢などが原因になりやすいが遺伝もいわれてる!**昔の子供のうたきたいこのおけいこ>のくとなんとんとと>みたいな心臓の打ち方!



心房細動発症すると

感じる時は兎に角不規則な脈、動悸。心電図では医療用語でQRSといふくとながりコーン>みたいなお山が普通は規則正しく同じ間隔で並んでるのに狭くなつたり、ぐーんとのびたり、ばらばら!でも**全く自覚症状のない人もいるから大変!**そのためにも健診や、少しでもどうかあるときは医療機関受診が大切!聴診してもらうことをお勧め!



現在では

心房細動起こす原因は加齢によるものが多いが生活習慣病をコントロールして、脳梗塞を発症しないよう特別なお薬を内服!心房細動は初期は時々起こつてもだんだん持続するように!必要に応じてカテーテルアブレーションという方法でやつつけることができる。適応は年齢や持続年数にも左右されるので発見されたら早めに方針を。
当院では血液検査、安静時心電図、心臓超音波検査、24時間心電図検査などを駆使して大分大学医学部循環器内科等と密に連携して**最良の方法をめざしてる!**心房細動は持続性から長期持続性になると、心不全(少し動いてもゼーゼーして息上がりが起こるなど)発症する。その前に対策を!

あなたのその大切な身体!九牛の一毛(きゅうぎゅうのいちもう:とるにたらないこと)よりも一点一画(いってんいつかく:微小でも基本的にかかせないもの)に注意して心身に少しでも不安があれば早めに受診、健康長寿めざしましょ!

職員だより

暖かくなってきました。花粉症がかなり猛威を振るつており院長も沢山内服処方しています。乗り切つていきましょう。



栄養指導室だより

沢山の合併症をお持ちの方に真摯にお話をさせていただき、中には複数回お話を聞きに来られる方もいます。少しでもお役に立ちたいと思います。
別府大学短期大学部食物栄養科より**月2回、講師の先生を派遣**いただいています。

クローナッチキタナー。カジェイフキジェータ。

別府大学短期大学部紀要第8号
大分県方言にみる主格助詞「イ」の研究:切石文士
訳:暗くなつてきたな、風が吹き始めた!

豆知識

心拍数

一番長生きの種類の亀は心拍数8回で100年以上! 兎は1分間に180から250回。

脳

脳みそも拍動している!ときどきしてる!ワクワクも?